



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

”tää on silleen ollu kuitenkin henkireikä”

Mielenterveyskuntoutujien näkemyksiä ja
kokemuksia Riihenajan päiväryhmätoiminnasta

Ikonen, Sanna
Leino, Susanna

2015 Tikkurila

Laurea-ammattikorkeakoulu
Laurea Tikkurila

”tää on silleen ollu kuitenkin henkireikä”
Mielenterveyskuntoutujien näkemyksiä ja kokemuksia
Riihenajan päiväryhmätoiminnasta

Sanna Ikonen & Susanna Leino
Sosiaalialan koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Joulukuu, 2015

Ikonen, Sanna
Leino, Susanna

Mielenterveyskuntoutujien näkemyksiä ja kokemuksia Riihenajan päiväryhmätoiminnasta

Vuosi	2015	Sivumäärä	119
-------	------	-----------	-----

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, millaisia kokemuksia asiakkailla oli mielenterveyskuntoutujien päiväryhmätoiminnasta. Tavoitteena oli myös tuoda asiakkaiden näkemyksiä palvelun sisällöstä ja kehittämisestä. Opinnäytetyö on toteutettu yhteistyössä Riihen aika Oy:n kanssa, joka järjesti päiväryhmätoimintaa osana sosiaalista kuntoutusta. Tutkielma toteutettiin laadullisena tutkimuksena, jonka aineisto kerättiin teemahaastatteluina. Opinnäytetyötä varten haastattelimme kahdeksaa Riihenajan asiakasta. Haasteita opinnäytetyön toteuttamiseen toi kuitenkin Riihenajan päiväryhmätoiminnan päättymisen kesken opinnäytetyöprosessin. Vantaan kaupungin kilpailutuksista johtuen päiväryhmätoiminta lopetti toimintansa helmikuussa 2015.

Tutkielman teoreettisen viitekehyksen muodostivat mielenterveysongelmat ja syrjäytyminen, kuntoutus ja osallisuus, mielenterveyskuntoutus sekä yhteisöllisyys ja ryhmätoiminta osana kuntoutusta. Tulokset osoittivat asiakkaiden olleen kaikilta osin pääsääntöisesti tyytyväisiä päiväryhmätoimintaan. Tutkielmassa korostui päiväryhmätoiminnan merkitys tärkeänä osana asiakkaiden arkea ja kuntoutumisen tukena. Päiväryhmätoiminnalla oli monenlaisia positiivisia vaikutuksia asiakkaiden elämään. Asiakkaat kokivat toimintakykynsä, osallisuutensa, elämänlaatunsa ja elämänhallintansa parantuneen sekä yleisen hyvinvoinnin lisääntyneen päiväryhmätoimintaan osallistumisen myötä. Ohjaajien toiminta koettiin lähes kaikilta osin kiitettävänä ja asiakkaat pitivät tärkeänä henkilökunnan osaamista ja ammattitaitoa. Yksittäisiä kehittämisen kohteita nousi esiin lähinnä päiväryhmätoiminnan käytännöistä ja ohjelmasisällöistä.

Asiasanat: osallisuus, elämänhallinta, sosiaalinen kuntoutus, yhteisöllisyys, mielenterveyskuntoutus, päiväryhmätoiminta

Ikonen, Sanna
Leino, Susanna

Mental health rehabilitee views and experiences on day group activities in Riihenaika

Year	2015	Pages	119
------	------	-------	-----

The aim of this thesis was to find out what experiences clients have from the day group activities of mental health rehabilitation. The goal was to bring out clients' views in terms of the current content and future development. This thesis was made in collaboration with Riihenaika Oy, who arranged day group activities as a part of social rehabilitation. The research method that was used for this investigation was qualitative, and the data was gathered in theme interviews for eight Riihenaika Oy clients. Challenges were faced during the research as the city of Vantaa ceased the day group activities in Riihenaika Oy due to competitive bid- dings in February 2015.

The literature review of this thesis is based on mental health problems, social exclusion, re- habilitation and participation, mental health rehabilitation, as well as, community and group activities as part of rehabilitation. The results show that clients were generally satisfied with the day group activities. The importance of the activities as a part of the clients' daily life and rehabilitation was especially brought out in the investigation. The day group activities had many positive effects on the lives of the clients. During their participation in the activi- ties, the clients felt improvements in their functional capacity, participation, quality of life and life-management skills, as well as, improvement in their general well-being. The counse- lers' guidance was considered commendable and the clients felt the skills and know-how of the staff was important. Development issues that arose from the investigation were mainly related to practices and program content.

Keywords: communality, life-management, social rehabilitation, inclusion, mental health re- habilitation, day group activity

Sisällys

1	Johdanto	7
2	Mielenterveysongelmat ja osattomuus	9
2.1	Mielenterveysongelmat ja huono-osaisuus	9
2.2	Syrjässä ja reunalla?	10
2.3	Mielenterveysongelmien leima, identiteetti ja toimintakyky	11
3	Kuntoutus ja osallisuus	12
3.1	Kuntoutus erilaisina merkityssuhteina	12
3.2	Ongelmakeskeisestä paradigmasta valtaistavaan toimintamalliin	13
3.3	Kuntoutus osallisuuden ja elämänhallinnan vahvistajana	14
3.4	Sosiaalisen kuntoutuksen mahdollisuudet	18
4	Mielenterveyskuntoutus ja sosiaalinen pääoma	20
4.1	Moninainen ja muuttuva mielenterveyskuntoutus	20
4.2	Lähtökohtana kuntoutujalähtöisyys	24
4.3	Asiakkuuden roolit ja kokemukset	25
4.4	Yhteisöllisyyden vahvistava voima	26
4.5	Vertaisuuden mahdollisuudet	28
5	Päiväryhmätoiminta ja ryhmämuotoinen toiminta aikuistyössä	31
5.1	Ryhmämuotoinen toiminta aikuistyössä	31
5.2	Mielenterveyskuntoutujien päivätoiminta	32
5.3	Riihenaika Oy ja sen päiväryhmätoiminta	33
6	Opinnäytetyön tavoitteet, toteutus ja metodologiset valinnat	34
6.1	Opinnäytetyön tarve, tavoitteet ja tutkimuskysymykset	35
6.2	Laadullisesta tutkimuksesta sosiaalitieteissä	36
6.3	Haastattelusta menetelmänä	38
6.4	Teemahaastattelu	38
6.5	Tutkimusaineiston analyysi	40
6.6	Tutkimusaineisto ja haastattelujen toteutus	43
6.7	Haastattelun teema-alueet	45
7	Opinnäytetyön tulokset	46
7.1	Haastateltavien taustatiedot	47
7.2	Kokemukset päiväryhmätoiminnan aloittamisesta	48
7.2.1	Asiakkaiden odotukset ja saatu vastaanotto	48
7.2.2	Asiakkaiden omat tarpeet ja tavoitteet	51
7.3	Päiväryhmätoimintaan sitoutuminen ja osallistuminen	52
7.4	Päiväryhmätoiminnan sisältöön liittyvät kokemukset	56
7.4.1	Toimintasisältöön liittyvät kokemukset	57
7.4.2	Ohjaajien rooli toiminnassa	62
7.4.3	Ilmapiiri ja ympäristö	68

7.4.4	Vaikuttamismahdollisuudet ja toimintakäytäntöjen kehittäminen.....	69
7.5	Kokemukset päiväryhmätoiminnan merkityksestä ja hyödyllisyydestä	72
7.5.1	Toiminnan yleinen merkitys ja hyöty	72
7.5.2	Yhteisöllisyyden ja vertaisuuden merkitys.....	78
7.6	Päiväryhmätoiminnan päättymiseen liittyvät kokemukset	82
8	Eettiset kysymykset ja luotettavuus tutkimusprosessin eri vaiheissa.....	85
8.1	Haastateltavien informointi ja suostumuksen saaminen	86
8.2	Aineistonkeruun eettisyys ja luotettavuus.....	87
8.3	Haastateltavien valinta ja aineiston tarkastelu	88
8.4	Luottamuksellisuus ja yksityisyyden suojaaminen.....	90
8.5	Analyysin luotettavuus	91
9	Johtopäätökset ja tulosten yhteenveto	93
9.1	Asiakkaiden yleiset kokemukset päiväryhmätoiminnasta	93
9.2	Päiväryhmätoiminnan koettu merkitys ja hyödyllisyys	96
9.3	Asiakkaiden kehittämisehdotukset	104
	Lähteet	106
	Liitteet.....	112

1 Johdanto

Hyvinvointivaltion ongelmat alkoivat kriisiytyä 2000-luvulla (Hautamäki & Oksanen 2014, 107). Julkusen (2001) mukaan kriisin keskiössä on ollut julkisten palvelujen ja sosiaaliturvan vaiheittainen heikentyminen. On myös esitetty, etteivät hyvinvointivaltion nykyiset toimintamallit enää kohtaa taloudellista ja yhteiskunnallista todellisuutta (Korkman 2012). Edellisten pohjana on hyvinvointivaltion rahoituskriisi, joka selittyy alenevilla verotuloilla, kasvavilla menoilla ja tarpeilla sekä heikolla työllisyysasteella (Saari 2010). Yhä suurempi osa väestöstä on joutunut työttömäksi ja kamppailee vaikeiden sosiaalisten ongelmien kanssa. Samalla yhteiskunnan julkisen sektorin tukijärjestelmät ovat haurastuneet sekä saaneet uusia muotoja ja palveluntuottajia.

Jo 1990-luvun puolivälistä lähtien mielenterveyden perusteella myönnettyjen työkyvyttömyyseläkkeiden määrä on kasvanut (Harjajärvi, Pirkola & Wahlbeck 2006, 21). Vuodesta 2000 lähtien nimenomaan mielenterveyden häiriöt ovat olleet eläketilastojen mukaan suurin työkyvyttömyyden aiheuttaja (SVT: Suomen työeläkkeensaajat 2014, 61-62; Suomen työeläkkeensaajat ja vakuutetut 2008, 69). Onkin mahdollista, että mielenterveysongelmaiset putoavat ensimmäisenä työelämän ja keskeisen sosiaalisen toiminnan piiristä. Väliinputoaminen näkyy pahimmillaan työkyvyn menetyksenä, erilaisena sairasteluna, ennenaikaisena eläköitymisenä, kuolleisuuden lisääntymisenä sekä lisääntyneenä psykiatrisen laitospalvelun ja lääkehoidon tarpeena. (Harjajärvi ym. 2006, 21-22.)

Mielenterveystyössä tarvitaan monipuolisia, päivystäviä, liikkuvia ja ihmisten arkeen yhdistettyjä avopalveluja. Psykiatrisen laitoshoidon käyttöä voitaisiin pyrkiä vähentämään ihmisten arkeen integroitujen avopalvelujen kautta. Tämä olisi myös toivottava kehityssuunta niin yksilön kuin yhteiskunnankin näkökulmasta. Omaehtoisten osallistumismahdollisuuksien ja mielekkään tekemisen järjestäminen mielenterveyskuntoutujille on tärkeää. Niin sanottuihin välimuotoisiin palveluihin, joihin kuuluvat esimerkiksi erilaiset järjestetyn päivätoiminnan muodot, tulisi kiinnittää yhä enemmän huomiota. (Harjajärvi ym. 2006, 73.)

Opinnäytetyömme kannalta keskeinen tematiikka liittyy mielenterveyteen ja mielenterveyspalveluihin, jotka ovat sekä inhimillisesti että taloudellisesti haastavia yhteiskunnallisia kysymyksiä. Mielenterveysongelmat ja palvelujen alasajo aiheuttavat tänä päivänä paljon kärsimystä ja pahoinvointia. Myös vuonna 2014 yleisin työkyvyttömyyden syy oli mielenterveyden ongelmat, joka oli perusteena 40 %:ssa myönnettyistä työkyvyttömyyseläkkeistä (SVT: Suomen työeläkkeensaajat 2014, 61). Raitasalon ja Maaniemen (2011) sairauspäiväraha- ja eläketilastojen perusteella laatiman selvityksen mukaan myös nuorten ja nuorten aikuisten mielenterveysperusteiset sairauspoissaolot ja työkyvyttömyys on lisääntynyt 2000-luvulla. Selvityksen mukaan viisi alle 30-vuotiasta nuorta tai nuorta aikuista jää työkyvyttömyyseläkkeelle joka

päivä mielenterveyden häiriöiden vuoksi. Monien osalta tämä tarkoittaa eläkkeelle joutumista ennen kuin he ovat varsinaisesti edes ehtineet aloittaa työuraansa (Himanen 2012, 56). Työmarkkinoilta syrjäytyneiden hyvinvointia voidaan tukea sosiaalisia verkostoja vahvistamalla ja tukemalla arjen normaaleihin rakenteisiin kiinnittymistä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 102). Sosiaalista kuntoutusta mielenterveystyössä olisikin painotettava syrjäytymiskehityksen murtamiseksi ja terveyserojen kaventamiseksi (Wahlbeck 2012).

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää mielenterveyskuntoutujien päiväryhmätoiminnan asiakkaiden kokemuksia palvelun sisältöön liittyen. Työelämän organisaationamme toimi Riihenaika Oy, jonka kuntoutuspalveluihin mielenterveyskuntoutujien päiväryhmätoiminta kuului. Opinnäytetyömme tavoitteena oli myös tuoda näkökulmia palvelun kehittämiseen laajemmin yleisellä tasolla. Päiväryhmätoiminnan asiakkaiden palveluun liittyviä kokemuksia selvitettiin teemahaastattelun keinoin. Opinnäytetyömme paikantui Marginalisaatio ja osallisuus -teeman syventävien opintojen aihealueeseen ja Riihenaika Oy:n työelämäyhteistyöhön.

Tutkielman teoreettinen viitekehys jakautuu neljään osaan. Ensimmäisessä osassa kuvataan mielenterveysongelmia syrjäytymiselle ja osattomuudelle altistavana ilmiönä. Tässä yhteydessä tarkastellaan myös mielenterveysongelmia niihin liittyvän leiman, identiteetin ja toimintakyvyn muutosten näkökulmista. Toisessa osassa keskitytään tarkastelemaan kuntoutusta sen muuttuneen paradigman, sosiaalisen kuntoutuksen sekä osallisuuden ja elämänhallinnan näkökohdista. Tässä yhteydessä avataan myös valtaistumisen ja voimaantumisen käsitettä. Tämän jälkeen syvennytään tarkastelemaan mielenterveyskuntoutusta sen muuttuvan toimintaympäristön ja toimintakulttuurin näkökulmasta sekä sosiaalista pääomaa yhteisöllisyyden ja vertaisuuden antamien mahdollisuuksien kautta. Teoriaosuudessa viimeisenä tutustutaan lyhyesti ryhmämuotoisen aikuistoiminnan lähtökohtiin ja tarkemmin mielenterveyskuntoutujien päivätoimintaan.

Kuudennessa luvussa esitellään tutkielman tarve, tavoitteet ja tutkimuskysymykset. Luvussa kuvataan myös tutkimusprosessin toteutusta sekä keskeisiä metodologisia valintoja ja menetelmiä. Seitsemännessä luvussa esitellään tutkielman tulokset suorien aineistolainausten avulla. Tämän jälkeen tutkielmassa siirrytään pohtimaan eettisiä kysymyksiä ja tutkielman luotettavuutta prosessin eri vaiheissa. Tutkielman päättävässä johtopäätös- ja yhteenvetoluvussa nostetaan esiin tutkielman keskeisiä tuloksia ja havaintoja, jotka yhdistetään johdannossa ja tietoperustassa esitettyihin keskeisiin asiakokonaisuuksiin.

2 Mielenterveysongelmat ja osattomuus

Teoriaosan ensimmäisessä luvussa tarkastellaan mielenterveysongelmia laajemmasta viitekehystä syrjäytymiselle ja osattomuuden kokemuksille altistavana ilmiönä. Luvussa tuodaan ilmi mielenterveysongelmien yhteyttä työelämästä ja yhteisöllisestä toiminnasta syrjäytymiseen sekä mielenterveysongelmien vaikutuksia toimintakykyyn ja identiteettiin.

2.1 Mielenterveysongelmat ja huono-osaisuus

Mielenterveysongelmien nähdään olevan yhteydessä sosiaaliseen huono-osaisuuteen. Mielen-terveyden ongelmat voivat yhdistyä esimerkiksi huonoon taloudelliseen asemaan, puutteellisiin elinolosuhteisiin ja sosiaalisen elämän vaikeuksiin. Mielenterveysongelmista kärsivien henkilöiden hyvää elämää turvaavat elämänhallinnalliset resurssit voivat olla puutteellisia ja heidän yhteisölliset siteensä yhteiskuntaelämään ja sosiaaliseen yhteisöönsä heikentyneet. Huono taloudellinen asema, turvattomuus, yksinäisyys ja mielekkään tekemisen puute on omiaan horjuttamaan kenen tahansa mielenterveyttä ja hyvinvointia. (Savolainen 2011, 147-148.)

Mielenterveysongelmat muodostavat hyvin tärkeän kansanterveydellisen ja -taloudellisen haasteen (Wahlbeck 2010; Raitasalo & Maaniemi 2007, 14-16). Vaikka väestötutkimusten mukaan mielenterveyshäiriöt eivät ole merkittävästi yleistyneet väestössä, on näiden ongelmien kansallisen merkityksen kuitenkin nähty kasvaneen suhteessa muihin kansanterveydellisesti merkittäviin ughiin (Järvikoski & Härkäpää 2011, 232; Wahlbeck 2010). Mielenterveysongelmiin liittyvien haittojen onkin nähty lisääntyneen 2000-luvulla (Raitasalo & Maaniemi 2007, 14-16). Yhteiskuntamme muuttuessa ovat myös useat mielenterveysongelmiin liittyvät riskitekijät yleistyneet (Järvikoski & Härkäpää 2011, 232; Wahlbeck 2010).

Yhteiskuntaelämän muuttuneilla vaatimuksilla ja näiden vaatimusten aiheuttamalla psykososiaalisella stressillä on arvioitu olevan yhteys mielenterveysongelmiin liittyvän työkyvyttömyyden kasvuun (Järvikoski & Härkäpää 2011, 232-233). Erilaisten masennus- ja työuupumusoireiden yleistymisen näkyäkin mielenterveyteen liittyvien sairaspäiväraha-kausien ja työkyvyttömyyseläkkeiden kasvuna (Raitasalo & Maaniemi 2011; Järvikoski & Härkäpää 2011, 232-233). Mielenterveysperustaisten työkyvyttömyyseläkkeiden osuus onkin lisääntynyt huomattavasti viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana. Voimassaolevien työkyvyttömyyseläkkeiden syitä selittävät mielenterveysperustaiset ongelmat neljässä tapauksessa kymmenestä. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 232; SVT: Suomen työeläkkeensaajat 2014, 61.) Yleisin syy työkyvyttömyyseläkkeelle jäämiseen ovat mielenterveyden ongelmat (Raitasalo & Maaniemi 2007, 14-16; Suomen työeläkkeensaajat ja vakuutetut 2008, 69; SVT: Suomen työeläkkeensaajat 2014, 61-62).

2.2 Syrjässä ja reunalla?

Mielenterveysongelmat lisäävät sosiaaliseen syrjäytymiseen liittyvää riskiä. Yhtenäistä näkemystä mielenterveysongelmien, huono-osaisuuden ja sosiaalisen syrjäytymisen välisistä syyseuraussuhteista ei kuitenkaan ole. (Ostamo, Huurre, Talala, Aro & Lönnqvist 2007, 98.) Marginaaleissa elävien elämää luonnehtii kuitenkin usein sosiaalinen paikattomuus, jolloin yksilö kokee joutuneensa syrjään sosiaalisesta ja kulttuurisesta yhteydestä ja osallisuudesta (Hyväri 2001, 73-74). Yhteiskunnallisesta osallisuudesta sivuun joutuminen merkitsee pitkittyessään yksilöille ja perheille monenlaisia ongelmia (Raunio 2006, 18).

Köyhyyden ja sosiaalisen syrjäytymisen vastaisen kansallisen toimintasuunnitelman mukaan syrjäytyminen on prosessi, johon liittyy huono-osaisuuden kasautumista ja jossa huono-osaisuuden vaikutukset peilautuvat useisiin elämän osa-alueisiin, mikä tarkoittaa yksilön kanalta syrjään jäämistä useista sosiaaliselle osallisuudelle tärkeistä toiminnoista (ks. Raunio 2006, 130). Mannilan ja Peltoniemen [1997] mukaan syrjäytyminen on kuitenkin osittainen ja suhteellinen tila, mikä tarkoittaa, että ihminen voi olla syrjäytynyt jollakin tai joillakin elämän osa-alueilla, mutta toisilla elämän ulottuvuuksilla hänellä voi olla vastaavasti paljon vahvuuksia ja voimavaroja, jotka voidaan tulkita elämäntilanteen resursseiksi (ks. Raunio 2006, 138).

Suomalaisessa yhteiskuntapolitiikassa ja yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa vallitsee modernistinen näkemys syrjäytymisestä kiistattomasti yksilöllisesti ja yhteiskunnallisesti haitallisenä ilmiönä, jonka ehkäisemiseksi ja poistamiseksi kohdistetaan erilaisia yhteiskunnallista osallisuutta ja normaalisuutta vahvistavia toimenpiteitä. (Raunio 2006, 44.) Ammatillisen sosiaalityön tehtävä ja toiminnallinen kenttä yhteiskunnassa kietoutuu pitkälti syrjäytymisen ja marginalisoitumisen tematiikan ympärille. Sosiaalityön syrjäytymiseen liittyvä tehtävä juontaa juurensa yhteiskuntapoliittisten linjausten ohella luonnollisesti sosiaalityön omista perusteista ja ennen kaikkea eettisistä periaatteista. Sosiaalityön viimesijainen asema velvoittaa välittömään työskentelyyn ongelmien lieventämiseksi ja osallisuuden edellytysten vahvistamiseksi. (emt., 16, 18.)

Syrjäytymistä tulisi tarkastella sekä yksilöllisestä näkökulmasta, yksilöiden hyvinvointiin ja toimeentuloon liittyvinä ongelmina että laajemmasta, täysivaltaisen yhteiskunnallisen osallisuuden näkökulmasta (Raunio 2006, 18). Syrjäytyminen on kuitenkin pitkälti kulttuurinen arvokysymys, ja vaikka syrjäytymiseen liittyy monenlaisia osatekijöitä ja inhimillisiä näkökulmia, suuntautuu yhteiskunnallinen huomio erityisesti työmarkkinanäkökulmiin (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 102). Työ ja koulutus ovat kuitenkin epäilemättömästi tärkeitä elämänhallintaa vahvistavia ja hyvinvointia lisääviä resursseja (Siltaniemi, Perälähti, Eronen,

Londén & Peltosalmi 2008, 37-40, 184-185), sillä jos ihmisellä ei ole riittävästi hyödyllistä tekemistä ja yhteiskunnassa arvostettua osallisuutta, esimerkiksi työelämään osallistumisen kautta, voi elämä tuntua olevan vailla mielekkyyttä ja merkitystä (Niemelä 2009, 219, 227).

Suomalainen yhteiskuntapoliittinen näkemys korostaa siis työntekoa tärkeänä yhteiskuntaan integroitumisen järjestelmänä, jonka vuoksi syrjäytymiseen liittyvässä yhteiskunnallisessa keskustelussa on kiinnitetty huomiota työmarkkina-asemaan ja työelämästä syrjäytymiseen siinä määrin, että sosiaalisten verkostojen merkitys on jäänyt usein työvoimapolitiittisten näkemysten varjoon. Työelämässä suoriutumiselle ei kuitenkaan tulisi antaa ylivertaista osaa, sillä työmarkkinoille osallistumisen ohella yksilön ja yhteiskunnan siteisiin vaikuttavat monenlaiset eri tekijät. Syrjäytymistä ehkäisevä työ parantaa mahdollisuuksia työelämässä selviytymiseen, mutta myös syrjäytymisen muunlaisiin ulottuvuuksiin ja osa-alueisiin on kiinnitettävä huomiota. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 102.)

Sosiaalityön näkökulmasta on työelämään integroitumisen ohella kiinnitettävä erityistä huomiota sosiaaliin ja yhteisöllisiin siteisiin (Raunio 2006, 75), sillä sosiaalisen pääoman ja sosiaalisten taitojen vajeet vaikuttavat kokonaisvaltaisesti ihmisen elämään (Niemelä 2009, 230). Sosiaalisten verkostojen ja lähiyhteisöjen vahvistaminen sekä arjen normaaleihin rakenteisiin kiinnittymisen tukeminen nähdään keinoina tukea työmarkkinoilta syrjäytyneiden hyvinvointia. Elämänhallintaa ja parempaa elämänlaatua tavoittelevan sosiaalityön ja sosiaalisen kuntoutuksen merkitys lisääntyy näin ollen työssä, joka kohdentuu syrjäytyneiden palauttamiseen aktiivisiksi yhteiskunnan jäseniksi. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 102.)

2.3 Mielenterveysongelmien leima, identiteetti ja toimintakyky

Marginaalissa eläminen vaikuttaa yksilön rooleihin ja identiteetteihin, mutta ei kuitenkaan tarkoita, että yksilön asema olisi valmiiksi määritelty vain marginaalissa elämisen perusteella (Hyväri 2001, 134). Mielenterveysongelmista kärsivät joutuvat kuitenkin usein kohtaamaan sosiaalista leimaamista muiden ihmisten taholta. Sen lisäksi, että ihminen voi tulla muiden leimaamaksi voi hän leimata myös itsensä. Negatiivinen leimautuminen voi vaurioittaa sosiaalista identiteettiä ja aiheuttaa muun muassa häpeää ja itsearvostuksen vähenemistä. (Jantunen 2010, 90.) Leimautumisen yhteydessä voidaan myös puhua toiseuden kokemuksista, joilla viitataan ulkopuolisuuden, erilaisuuden ja joskus myös eriarvoisuuden kokemuksiin (Kulmala 2006, 70).

Mielenterveydellä voidaan tarkoittaa ihmisen psykososiaalista toimintakykyä ja subjektiivista kokemusta mielen hyvinvoinnista (Kuntoutusportti 2013). Mielenterveysongelmiin liittyvät muutokset psykososiaalisessa toimintakyvyssä vaikuttavat myös sosiaaliseen toimintaan ja ihmisen identiteettiin. Kun ihmisen toimintakyvyssä on tapahtunut muutoksia, on hänen muut-

tuneeseen tilanteeseen sopeutuakseen omaksuttava uudenlaisia toiminta- ja ajattelumalleja pystyäkseen määrittelemään roolejaan ja identiteettiään uudelleen. Kuntoutuja saattaa joutua muuttamaan monenlaisia asioita elämässään, jolloin usein myös hänen käsityksensä itsestään muuttuu. (Kettunen, Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2009, 14-15.) Ihmisen toimintakyky on aina kokonaisuus, joten psykososiaalista toimintakykyä on vaikeaa kuvata ja määritellä itsenäisenä toimintakyvyn alueena ja irrallaan fyysisestä toimintakyvystä. Psykososiaalisella toimintakyvyllä tarkoitetaan tavallisimmin kykyä tulla toimeen tavanomaiseen yhteisöelämään liittyvissä tilanteissa. Hyvä psykososiaalinen toimintakyky tarkoittaa kykyä olla vuorovaikutuksessa omaan elämään liittyvien ihmisten ja sosiaalisten toimintaympäristöjen kanssa. Tähän liittyy myös aktiivisuus yhteiskunnallisessa ja yhteisöllisessä elämässä sekä kokemus riippumattomuudesta ja oman elämän hallinnasta. (Kettunen ym. 2009, 47-48.)

Mielenterveysongelmien kanssa kamppailevat henkilöt kohtaavat usein haasteita päivittäisissä toiminnoissa, mikä voi myös aiheuttaa kroonista stressiä (Heller & Gitterman 2011, 1). Mielenterveysongelman kanssa eläminen on usein stressaava ja tuskallinen kokemus. Stressi ja siihen liittyvä kipu nousee esiin koetusta epätasapainosta henkilön elämän vaatimusten ja henkilökohtaisten ja ympäristön antamien resurssien välillä. Nämä koetut epätasapainot aiheuttavat stressitekijöitä kolmella toisiinsa liittyvillä elämänalueilla: elämän muutoksissa ja traumaattisissa tapahtumissa, ympäristön paineissa ja epätoimivissa ihmissuhteissa. Henkilölle, joka kärsii mielenterveysongelmista, ovat yhtäkkiset ja odottamattomat elämänmuutokset usein erityisen stressaavia ja voimia vaativia. Elämänmuutokset tuovat mukanaan uusia haasteita, jotka vaativat uusia tapoja reagoida niihin, ja voivat siis usein olla äärimmäisen ahdistavia. Mielenterveysongelmista kärsivälle henkilölle tällaiset sopeutukset ovat erittäin haastavia ja vaarantavat heidän valmiuttaan selviytyä. Auttaessa henkilöä, jolla on mielenterveysongelma selviämään elämänmuutoksista tai traumaattisista tapahtumista, tulisi painottaa erityisesti ehkäiseviä ja kuntouttavia interventioita. (emt., 13.)

3 Kuntoutus ja osallisuus

Tässä luvussa tarkastellaan kuntoutusta erilaisten merkityssuhteiden ja kuntoutuksen paradigman muutoksen näkökulmista. Käsitlemme myös osallisuutta, elämänhallintaa ja voimaantumista kuntoutuksen keskeisinä tavoitteina. Sosiaalinen kuntoutus on tutkielman kannalta tärkeä aihealue, jonka käsitettä ja mahdollisuuksia avaamme luvun lopussa.

3.1 Kuntoutus erilaisina merkityssuhteina

Kuntoutuksen käsite sitoutuu yhteiskunnassa tapahtuviin muutoksiin, joten sen yleisluontoinen määrittelemine ei aina ole helppoa. Kuntoutus on näin ollen aika- ja kulttuurisidonnainen. Vaikka kuntoutus on sidoksissa erilaisiin arvolähtökohtiin ja yhteiskunnallisiin tavoittei-

siin, voimme kuitenkin yrittää hahmottaa kuntoutuksen kokonaisuutta sen keskeisten ominaisuuksien kautta. Kuntoutustoiminnan tavoitteet liittyvät samanaikaisesti sekä yhteiskunnan hyötyyn että yksilön hyvään. (Järvikoski & Härkäpää 1995, 12, 15, 20.) Kuntoutuksen yleiset perustelut liittyvät terveyden, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin kohenemiseen, työkyvyn ylläpitämiseen ja työllistymiseen, itsenäiseen selviytymiseen, elämänhallintaan, sosiaaliseen osallisuuteen sekä yksilön voimaantumiseen (Järvikoski & Härkäpää 2011, 24). Kuntoutuksen määritelmään liittyy myös erilaisia merkityssuhteita. Kuntoutus voidaan ymmärtää kolmella merkitystasolla; yksilöllisenä toimenpiteiden prosessina, monialaisena ja -muotoisena toimintakokonaisuutena sekä yhteiskunnallisena toiminta- ja sääntelyjärjestelmänä. (emt., 15.)

Kuntoutus voidaan siis yhtäältä ymmärtää yhteiskunnallisena sääntelyjärjestelmänä, jonka avulla pyritään varmistamaan kansalaisten osallistuminen yhteiskuntaelämään (Järvikoski & Härkäpää 1995, 12). Yhteiskunnallinen näkemys painottaa työ- ja toimintakykyisyyden ylläpitämiseen ja sosiaaliseen integraatioon liittyviä näkökulmia (Kettunen ym. 2009, 7). Sosiaalisessa integraatiossa on kyse yksilön ja hänen sosiaalisen ympäristönsä lisääntyneestä vuorovaikutuksesta ja kuntoutujan osallistumisesta yhteiskunnalliseen toimintaan sen täysivaltaisena jäsenenä. Kuntoutuksen avulla pyritään siis palauttamaan kuntoutuja normaalisuuden piiriin ja sosiaaliseen yhteisöön. (Järvikoski & Härkäpää 1995, 20.)

Kuntoutus voidaan nähdä myös laaja-alaisena, erilaisista kuntouttavista, yksilön voimavaroja kohentamaan pyrkivistä toimenpiteistä koostuvana kokonaisuutena (Järvikoski & Härkäpää 1995, 17). Kuntoutuksessa pyritään opettelemaan omaa elämää koskevia hallinta- ja selviytymiskeinoja sekä vahvistamaan kuntoutujan positiivista identiteettiä (Koskisu 2004, 24, 28-29). Järvikosken ja Härkäpään (1995, 21) mukaan kuntoutustoimenpiteet liittyvät voimavarojen, toimintakyvyn, hallinnan ja autonomian tunteen sekä yksilöstä riippumattomien toimintamahdollisuuksien lisäämiseen ja parantamiseen. Kuntoutuminen itsessään liittyy yksilön ja hänen sosiaalisen ympäristönsä välisiin muutosprosesseihin (Kuntoutusselonteko 2002, 3). Kuntoutuminen on aina yksilölliseen ja persoonalliseen kasvuun ja oppimiseen liittyvä prosessi, jossa kuntoutuja toimii oman muutosprosessinsa subjektina (Järvikoski & Härkäpää 2011, 16).

3.2 Ongelmakeskeisestä paradigmasta valtaistavaan toimintamalliin

Kuntoutuksen paradigma on näyttäytynyt pitkään ongelmakeskeisenä (Järvikoski & Härkäpää 2011, 49). Sosiaalisen ja psykososiaalisen lähestymistavan keskeisyyttä on kuitenkin alettu korostamaan kuntoutuksessa viime vuosina (mm. Kuntoutusselonteko 2002, 3). Kuntoutuksen ongelma- ja järjestelmälähtöinen lähestymistapa on näin ollen antanut sijaa valtaistumista ja itsenäistä elämää korostavalle paradigmalle (Järvikoski & Härkäpää 2011, 49-50). Kuntoutuksen tutkimuksen kehittämisohjelman (2004, 26) mukaan tässä uudessa valtaistavassa kuntou-

tusparadigmassa kuntoutustarpeen katsotaan liittyvän yksilön puutteen tai vajavuuden sijaan hänen fyysisen, sosiaalisen ja kulttuurisen toimintaympäristön vuorovaikutussuhteisiin.

Uudessa valtaistavassa kuntoutusparadigmassa korostetaan tavoitteina voimavarojen vahvistumista ja uusien mahdollisuuksien luomista, kun taas ongelmalähtöisessä vajavuusparadigmassa asiakas on nähty interventioiden kohteena. Valtaistava paradigma korostaa sen sijaan asiakkaan subjektiivista roolia aktiivisena toimijana ja päätöksentekijänä. (Kuntoutuksen tutkimuksen kehittämisohjelma 2004, 24-26.) Kuntoutuksen valtaistavassa toimintamallissa keskeistä on kuntoutujan oman kokemuksen, vaikutusmahdollisuuksien ja osallisuuden korostaminen (Järvikoski & Härkäpää 2004, 53-54). Kuntoutuksen olennainen tehtävä liittyykin kuntoutujan omaa elämää koskevan asiantuntijuuden esiin nostamiseen ja korostamiseen. Kuntoutuminen tapahtuu yksilön omassa elämässä ja se lähtee aina yksilön omasta toiminnasta. Tässä yhteydessä on kuitenkin hyvä huomauttaa, että vaikka kuntoutuminen ymmärretään sisäisenä muutos- ja oppimisprosessina, ei kuntoutuminen ole kuitenkaan mahdollista ilman yhteyttä toisiin ihmisiin. (Koskisu 2004, 22, 28, 30.)

3.3 Kuntoutus osallisuuden ja elämänhallinnan vahvistajana

Osallisuus on tärkeä kuntoutuksen tavoitteita kuvaava käsite. Osallisuus ja osallistuminen kuntoutuksen tavoitteena paikantuvat kahdelle eri merkitystasolle. Osallisuus kuntoutuksen yhteydessä merkitsee ensinnäkin osallisuutta kuntoutustapahtumassa ja -prosessissa. Tämä voi näkyä esimerkiksi osallistumisena kuntoutuksen tavoitteiden asettamiseen, suunnitteluun ja vaikutusten arviointiin. Toisaalta osallisuus ja osallistuminen kuntoutuksessa liittyvät myös yleiseen osallisuuteen yhteiskunnallisella ja yhteisöllisellä tasolla. Kuntoutujan aktiivisen osallistumisen voidaan nähdä edistävän yleistä valtaistumisprosessia ja mahdollisuuksia yhteiskunnalliseen osallisuuteen ja kuntoutumiseen. (Järvikoski, Hokkanen, Härkäpää, Martin, Nikkanen, Notko & Puumalainen 2009, 22.) Seuraavaksi tarkastelemme osallisuutta erilaisina merkityssuhteina sekä elämänhallintaa osallisuuden ja kuntoutumisen näkökulmista. Lopuksi avaamme elämänhallinnan lähikäsitteenä pidettävää voimaantumisen ja valtaistumisen käsitettä.

Sosiaalisesta syrjäytymisestä on vaikea puhua viittaamatta sosiaaliseen osallisuuteen tai sosiaaliseen integraatioon, jotka voidaan nähdä vastakkaisina käsitteinä syrjäytymiselle ja osattomuudelle (Savolainen 2011, 154; Raunio 2006, 10). Kansallisella tasolla osallisuuden voi nähdä vaikuttavan demokratian perusrakenteena ja osana yhteiskunnallista kokonaisuutta. Osallisuus ilmenee yhteiskunnan näkökulmasta esimerkiksi toimivina yhteiskuntajärjestelminä ja osallisuutta vahvistavina olosuhteina. Monissa julkisissa hallinnon ohjelmissa ja strategioissa on tunnustettu osallisuuden tärkeys. Osallisuus, sen edistäminen ja merkitys terveyttä tuottavana tekijänä on monin paikoin huomioitu ja kirjattu kansallisissa asiakirjoissa, muun

muassa ohjelmissa ja toimenpide-ehdotuksissa. Osallistuminen ja vaikuttaminen toimivat väylinä osallisuuden kokemukseen. Osallisuuden käsitettä ja sisältöä ei ole kuitenkaan avattu konkreettisesti asiakirjoissa, jotta saataisiin vastaus siihen, mitä osallisuus tarkoittaa ja mitä voidaan tehdä osallisuuden toteutumisen eteen. (Rouvinen-Wilenius, Aalto-Kallio, Koskinen-Ollonqvist & Nikula 2011, 50, 53, 56.)

Osallistuminen ei ole pelkkä hallinnollinen reformi, vaan osallisuus ja osallistuminen ovat konkreettisesti ja vahvasti yhteydessä sosiaalialan työn ammatillisiin tavoitteisiin, ihmisen elämänhallinnan vahvistumiseen ja syrjäytymisen torjumiseen. Osallistuminen nähdään sekä itseisarvoisena tavoitteena että välinearvoisena keinona työn varsinaisten tavoitteiden saavuttamisessa, kuten elämänhallinnan ja itsenäisen selviytymisen edistämisessä. Se nähdään myös työn laatuun liittyvänä tavoitteena, sillä asiakkaan osallistuminen ja kuulluksi tuleminen on erottamaton osa hyvin tehtyä asiakastyötä. Osallistumisen kautta vahvistetaan ihmisen autonomisuutta ja ehkäistään syrjäytymistä omaan elämään liittyvästä päätöksenteosta. (Niiranen 2002, 71.)

Yksilötasolla osallisuus on keskeinen terveyttä ja hyvinvointia tukeva voimavara, sillä sen avulla ihminen pääsee vaikuttamaan itseään koskeviin asioihin (Rouvinen-Wilenius ym. 2011, 56). Mielenterveytyössä osallisuudella voidaan tarkoittaa kuntoutujan aktiivista osallistumista omaan hoitoon ja kuntoutukseen liittyviin asioihin ja päätöksiin. Osallisuutta vahvistetaan mielenterveys- ja päihdetyössä ottamalla asiakkaat alusta alkaen mukaan hoidon ja kuntoutuksen suunnitteluun ja työn kehittämiseen. (Vuorilehto, Larri, Kurki & Hätönen 2014, 31.) Osallisuus liittyy kuitenkin myös yhteisöllisiin siteisiin ja siinä on kyse yksilön osallistumisesta sosiaalisen ympäristönsä toimintaan ja toiminnan kautta syntyvästä yhteisöllisyyden tunteesta (Siltaniemi ym. 2008, 43). Osallisuus on siis osallistumisen mahdollistama tunneperustainen ja yhteenkuuluvuuteen liittyvä kokemus, jossa ihmisellä on mahdollisuus vaikuttaa itseensä ja ympäristöönsä koskeviin asioihin ja toimia siinä aktiivisesti ja sitoutuneesti. Tietoisuus ja kokemus muutoksen mahdollisuudesta synnyttävät myös osallisuuden kokemuksen. (Rouvinen-Wilenius ym. 2011, 50.)

Kuten todettu, on osallisuudella merkittävä rooli yksilön voimavarana (Rouvinen-Wilenius ym. 2011, 50). Kokemus hyvinvoinnista ja mielenterveydestä perustuukin pitkälti kokemukseen osallisuudesta ja osallistumisen mahdollisuuksista (Savolainen 2011, 155). Yleisesti on myös tiedostettu, että hyvä fyysinen terveys jo sinänsä mahdollistaa osallistumisen ja osallisuuden paremmin kuin huono fyysinen terveys. Osallisuus on kuitenkin mahdollista saavuttaa fyysisen terveyden rajoitteista huolimatta. Psyykkisen, hengellisen ja emotionaalisen terveyden tekijät kuten sosiaaliset taidot, itsetunto ja kyky käsitellä rakentavalla tavalla omia tunnetiloja vahvistavat osallisuuden kokemusta. Hyvä sosiaalinen terveys mahdollistaa yhteisöön kuulumis-

sen ja yhteisössä toimimisen yhdessä muiden ihmisten kanssa. (Rouvinen-Wilenius ym. 2011, 56.)

Arjessa osallisuuden voi tuntea subjektiivisena ja voimaannuttavana kokemuksena (Rouvinen-Wilenius ym. 2011, 50). Osallisuus edistää hyvinvointia tuomalla elämään mielekkyyttä ja tunnetta yhteenkuuluvuudesta (Vuorilehto ym. 2014, 31), ja se näyttäytyy parhaiten silloin, kun ihminen tuntee kuuluvansa johonkin yhteisöön, jossa kokee tulevaisuutta kuulluksi ja joka tukee oman identiteetin rakentumista ja eheyttä. Yhteisöissä, jonka jäsenet ovat tasavertaisia keskenään ja joissa toimitaan toisia kuunnellen ja kunnioittaen, voidaan siis havaita osallisuuden elementtejä. (Rouvinen-Wilenius ym. 2011, 50.)

Osallistuminen ja osalliseksi tuleminen edellyttää kykyä elämänhallintaan. Elämänhallinta muokkaantuu ja vaihtelee erilaisten elämänvaiheiden ja -kokemusten myötä, ja myös läheisillä sosiaalisilla suhteilla on merkitystä elämänhallinnan kannalta. (Vuorilehto ym. 2014, 31.) Kuntoutus näyttäytyy elämänhallinnan tukemisen näkökulmasta suunnitelmallisena ja monilaisena toimintana. Kuntoutuksen yleiset tavoitteet liittyvät vahvasti elämänhallinnan ja toimintakyvyn ylläpitämiseen tilanteissa, joissa yksilön sosiaalinen selviytyminen ja osallisuus yhteiskuntaelämään on heikentynyt tai vaarassa heikentyä. Kuntoutustoiminnan lähtökohtana korostetaan yksilön tarpeita, ja kuntoutuksen määrittelyssä painotetaan uuden kuntoutujalähetyksen myötä erityisesti juurikin elämänhallintaan ja yksilön aktiiviseen toimintaan liittyviä näkökulmia. Elämänhallinnan ja toimintakyvyn kohentuminen parantaa yksilön työllistymiseen, täysivaltaiseen yhteiskunnalliseen osallisuuteen ja tätä kautta sosiaaliseen integraatioon liittyviä mahdollisuuksia. (Järvikoski & Härkäpää 1995, 16, 20-21.)

Elämänhallinnan käsite on monitahoinen. Siihen liittyvät ihmisen sosiaaliset, taloudelliset, psyykkiset ja fyysiset resurssit. Elämänhallinta edellyttää lisäksi aitoa valinnanmahdollisuutta ja itsemääräämisoikeuden toteutumista. (Liukko 2006, 81-82 [Uutela 1996; Järvikoski 1994].) Järvikosken ja Härkäpään (2004, 129) mukaan elämänhallinta voi sisältää monia eri ulottuvuuksia, joista yksi on hallinnan ja pystyvyyden tunne eli luottamus omiin mahdollisuuksiin vaikuttaa omalla toiminnallaan omaan elämään. Järvikosken ja Härkäpään mukaan toinen hallinnan muoto liittyy elämäntapahtumien ymmärtämiseen ja hyväksymiseen sekä yleiseen luottamukseen siitä, että vaikeistakin elämäntilanteista on mahdollista selviytyä. J.P. Roosin (1988, 206-207) mukaan elämänhallinta voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen elämänhallintaan. Roosin mukaan ulkoinen elämänhallinta on kyseessä silloin, kun ihminen pystyy pääpiirteittäin ohjaamaan elämänsä kulkua ilman, että hänestä itsestä riippumattomat tekijät siihen olennaisesti vaikuttavat. Elämän ulkoinen hallinta liittyy Roosin mukaan aineellisesti ja henkisesti turvatussa asemassa olemiseen. Roosin mukaan elämän sisäisellä hallinnalla voidaan puolestaan tarkoittaa kykyä sopeutua vaikeisiin elämäntilanteisiin, katsoa niitä parhain päin ja hyväksyä ne osana elämän kokonaisuutta.

Uutelan [1996] ja Järvikosken mukaan [1994] sisäisessä elämänhallinnassa on kyse ihmisen subjektiivisesta hallinnan tunteesta ja kokemuksesta, joka on riippuvainen ympäristön ja ihmisen välisestä vuorovaikutuksesta. Kun sisäinen elämänhallinta liittyy yksilön sisäiseen, vuorovaikutuksessa syntyneeseen tunnekokemukseen, edellyttää ulkoinen elämänhallinta riittäviä resursseja ihmisen autonomian ja toimintaedellytysten turvaamiseksi. (ks. Liukko 2006, 81-82.) Ulkoisen elämänhallinnan tukeminen liittyy siten elämän ulkoisen sujuvuuden mahdollistavien resurssien turvaamiseen. Ulkoisen elämänhallinnan vahvistuminen edesauttaa myös henkilön sisäisen elämänhallinnan tunteen voimistumista. Myös Liukon mukaan elämänhallinnassa voidaan erottaa kaksi sisäiseen ja ulkoiseen hallintaan liittyvää ulottuvuutta. Ensimmäinen elämänhallinnan mahdollistava ulottuvuus liittyy inhimilliselle hyvinvoinnille tärkeiden toimintaedellytysten turvaamiseen, kun taas toinen elämänhallinnan aktiivinen ulottuvuus liittyy näiden resurssien käyttöön ottamiseen omassa elämässä. Aktiivinen ulottuvuus tarkoittaa siten kykyä itsenäiseen toimintaan ja omien elämänsuunnitelmien toteuttamiseen. Elämänhallinnassa on näin ollen vahvasti kyse myös omien vahvuuksien ja voimavarojen hyödyntämisestä. (Liukko 2006, 82-83.)

Elämänhallinnan käsite on läheisessä yhteydessä *empowerment*-käsitteeseen, jolla voidaan viitata toimintavoiman tai -vallan vahvistumiseen ja toisaalta myös valtuuttamiseen. *Empowerment*-prosessista on suomalaisessa kirjallisuudessa käytetty useita termejä, kuten voimaantuminen, valtaistuminen tai voimavaraistuminen. Yksilöllisellä tasolla voimaantuminen tai valtaistuminen perustuu tiedon, itsearvostuksen ja asenteiden muutoksen välityksellä tapahtuvaan henkilökohtaiseen kasvuun. Se voi näkyä yleisenä hallinnan tunteena, itseluottamuksena ja kriittisenä tietoisuutena itsestä suhteessa ympäristöön. Valtaistuminen tai voimaantuminen ei ole vain yksilön sisäinen muutosprosessi, sillä siihen liittyy myös yksilön ja ympäristön välisen suhteen muutoksia, jotka ovat yhteydessä myös käytännön toiminnassa havaittaviin muutoksiin. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 141-143; Järvikoski & Härkäpää 2004, 130-131.)

Valtaistuminen ja elämänhallinta on nähty kuntoutuksen perustavoitteina (Järvikoski & Härkäpää 2004, 132). Kuntoutuksessa valtaistumisella ja elämänhallinnalla tarkoitetaan oman elämän ymmärtämistä ja näkemistä merkityksellisenä, elämän mielekkyyttä, itsetuntoa ja luottamusta omiin mahdollisuuksiin, itsenäisyyttä, itsemääräämistä ja toimintamahdollisuuksien lisääntymistä, toiminnan ulkoisen perustan vakiintumista, kuten taloudellista turvaa ja hyvinvoinnin mahdollistavia olosuhteita, tasa-arvoista osallisuutta yhteisössä sekä yleisesti mahdollisuutta olla oman elämänsä subjekti, joka saa äänensä kuuluviin, tekee omaa elämää koskevia valintoja ja saa aikaan haluttuja muutoksia (emt., 133).

3.4 Sosiaalisen kuntoutuksen mahdollisuudet

Sosiaalisen kuntoutuksen tarve on vahva mielenterveystyössä muun muassa mielenterveysongelmiin liittyvien oireiden ja leiman takia. Mielenterveyskuntoutujien parissa tehtävä sosiaalinen kuntoutus ja identiteettityö liittyvätkin vahvasti toisiinsa. Laki ei ole aiemmin tunnustanut sosiaalista kuntoutusta ja osallisuuden vahvistamista, jonka vuoksi julkinen palvelujärjestelmä ei ole ollut riittävällä tavalla varautunut tarjoamaan arjessa tukemiseen, osallisuuteen ja verkostojen vahvistamiseen liittyvää sosiaalista kuntoutusta mielenterveyskuntoutujille. Wahlbeckin mukaan mielenterveyskuntoutujille järjestettävä sosiaalinen kuntoutus on ollut pitkälti sattumanvaraista, riittämätöntä ja koordinoimatonta. Hänen mukaansa sosiaalista kuntoutusta mielenterveystyössä olisi painotettava syrjäytymiskehityksen murtamiseksi ja terveyserojen kaventamiseksi. (Wahlbeck 2012.) Seuraavaksi tarkastelemme sosiaalisen kuntoutuksen määritelmää ja sen monipuolisia mahdollisuuksia kuntoutumisen ja hyvinvoinnin tukemisessa.

Sosiaaliset näkökulmat liittyvät aina vahvasti kuntoutukseen. Näin ollen vuorovaikutuksen ja sosiaalisten tekijöiden voidaan nähdä määrittelevän kuntoutusprosessin eri vaiheita. (Vilkkumaa 2010, 26.) Sosiaalisen kuntoutuksen ajatellaan paikantuvan kuntoutuksen kokonaiskentän piiriin kahtalaisella tavalla. Ensinnäkin sosiaalista kuntoutusta voidaan tarkastella yhtenä kuntoutuksen ulottuvuuksista. Kuntoutuksella on perinteisesti nähty olevan neljä ulottuvuutta tai osa-aluetta. Sosiaalisen kuntoutuksen ohella kuntoutuksen kokonaisuudesta voidaan erottaa myös lääkinnällisen, kasvatuksellisen ja ammatillisen kuntoutuksen osa-alueet. Toisenlaisen lähestymistavan mukaan sosiaalinen kuntoutus voidaan kuitenkin nähdä kuntoutuksen sosiaalista yleisluonnetta kokonaisvaltaisesti kuvaavana käsitteenä. (emt., 28.) Tässä yhteydessä tarkastelemme kuitenkin sosiaalista kuntoutusta enemmän yhtenä kuntoutuksen osa-alueena.

Sosiaalisen kuntoutuksen perusta liittyy sosiaaliseen toimintakykyyn ja sosiaalinen kuntoutus voidaan ymmärtää sosiaalista selviytymistä ja toimintakykyä parantamaan pyrkivänä prosessina (Järvikoski & Härkäpää 2011, 22; Ruisniemi 2003). Savukosken ja Kauramäen (2010, 126) mukaan sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet liittyvät asiakkaan sosiaalisen toimintakyvyn turvaamiseen, osallistumismahdollisuuksien lisäämiseen sekä toimintakyvyn heikentymisestä johtuvien sosiaalisten ja toiminnallisten haittojen ja esteiden vähentämiseen. Järvikosken ja Härkäpään (2011, 22) mukaan sosiaalisen kuntoutuksen avulla pyritään parantamaan kuntoutujan arjenhallinnantaitoja, vahvistamaan ja ylläpitämään vuorovaikutussuhteita sekä lisäämään hänen mahdollisuuksiaan selviytyä ympäristönsä edellyttämistä sosiaalisista rooleista. Sosiaalisessa kuntoutuksessa kiinnitetään erityisesti huomiota kuntoutujan yhteisölliseen ja yhteiskunnalliseen osallisuuteen.

Sosiaalinen kuntoutus on käsitteenä melko uusi, eikä sen sisällöstä ole aina päästy yksimielii-

syyteen. Sosiaalinen kuntoutus voidaan siis nähdä monenlaisena toimintana, joka edistää ihmisen toimintamahdollisuuksia yhteiskunnassa, ja jonka tarkoituksena on tukea kuntoutujan paluuta yhteiskunnalliseen osallisuuteen vahvistamalla sosiaalisen vuorovaikutuksen edellytyksiä ja sosiaalista toimintakykyä. Sosiaalinen kuntoutus on kuitenkin saanut ensimmäistä kertaa lainmukaisen määritelmän uuden sosiaalihuoltolain myötä. Lainmukaisen määritelmän myötä sosiaalisen kuntoutuksen paikka osana kuntoutuskokonaisuutta tuleekin varmasti selkeytymään. (Kuntoutusportti 2012.) Lain mukaan sosiaalisen kuntoutuksen avulla pyritään tukemaan kaikkien yhdenvertaisia mahdollisuuksia jokapäiväisen elämän perustan muodostaviin ja osallisuutta ylläpitäviin vuorovaikutussuhteisiin, toimintoihin ja arjen rakenteisiin. Sosiaalisen kuntoutuksen perusajatuksena on yksilön integroituminen yhteiskuntaan kykyjään ja suoriutumistaan vastaavalla tavalla. (Sosiaalihuoltolain soveltamisopas 2015, 34.)

Uudistettu sosiaalihuoltolaki astui voimaan 1. huhtikuuta 2015 (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014) ja sen myötä sosiaalisen kuntoutuksen odotetaan vastaavan monenlaisiin tarpeisiin (Kuntoutusportti 2012). Kananojan (2012, 39) mukaan sosiaalisen kuntoutuksen tarpeet voivat liittyä esimerkiksi sosiaaliseen toimintakykyyn, arkielämän taitoihin, ihmissuhteisiin, identiteetin ja roolien muutoksiin, osallisuuteen, liittymishaluun ja -mahdollisuuksiin sekä vaikutusmahdollisuuksiin, syrjäytymisriskeihin tai syrjäytymisen vähentämiseen. Sosiaalihuoltolain soveltamisoppaan mukaan asiakkaan toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen kokonaisvaltainen selvittäminen toimivat aina sosiaalisen kuntoutuksen perustana. Yleensä sosiaalisen kuntoutuksen erityistä osaamista vaativat asiakastilanteet eivät parane yksittäisellä interventiolla tai toimenpiteellä. Tilanteiden korjaaminen tai parantaminen vaatii pitkäjänteisyyttä, sillä usein ne ovat myös syntyneet pitkän ajan kuluessa. Sosiaalisessa kuntoutuksessa tuleekin huomioida kokonaisvaltainen työskentely kasautuneiden ja pitkittyneiden ongelmien näkökulmasta. Esimerkiksi pitkään jatkuneen työttömyyden seuraukset, erilaiset oppimishäiriöt sekä mielenterveys- ja käyttäytymishäiriöistä johtuvat sosiaalisen kuntoutuksen tarpeet on huomioitava sosiaalisessa kuntoutuksessa. (Sosiaalihuoltolain soveltamisopas 2015, 33.)

Sosiaalista kuntoutusta järjestetään lain mukaan ihmisen toimintakyvyn ylläpitämiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi sekä avuksi äkillisiin kriisitilanteisiin. Kunnan sosiaalihuolto vastaa pitkälti sosiaalisen kuntoutuksen suunnittelusta ja toteutuksesta. Sosiaalista kuntoutusta järjestettäessä on toimittava yhteistyössä terveydenhuollon, opetustoimen, työ- ja elinkeinotoimen sekä muiden tahojen kanssa. (Kuntoutusportti 2012.) Sosiaalinen kuntoutus voi olla yksilöohjausta ja ryhmämuotoista toimintaa, ja pitää sisällään hyvin monimuotoista kuntoutustoimintaa, kuten tuettua asumista, terapeutista ryhmätoimintaa, päivätoimintaa ja kuntouttavaa työtoimintaa (Heikkinen-Peltonen, Innamaa & Virta 2014, 298).

Sosiaalisessa kuntoutuksessa yhdistyvät yksilöllinen tuki ja toiminnallisuus. Tavoitteellinen ja suunnitelmallinen osallistuminen on osa kuntoutusta. Tavoite määrittelee toiminnallisen

osuuden yksityiskohdat ja päämäärän. Esimerkiksi arkielämän taitojen oppiminen, päihteetön arjen hallinta, koulutukseen tai työhön tarvittavien asioiden harjoittelu tai tukeminen ryhmässä toimimiseen voivat olla sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteita. Kuntoutuksen välineinä puolestaan voivat toimia erilaiset toiminnalliset ryhmät, yksilöllinen psykososiaalinen tuki, vertaistuki, työtoimet sekä kaikki asiakkaalle tarjottavat tukitoimet ja palvelut sovitun suunnitelman osana. Sosiaalisen kuntoutuksen käsite antaa myös kunnille mahdollisuuden yhteistyössä eri toimijoiden kanssa kehittää erilaisia ja eri asiakasryhmille sopivia ryhmämuotoisia palveluja. (Sosiaalihuoltolain soveltamisopas 2015, 33-34.)

4 Mielensterveyskuntoutus ja sosiaalinen pääoma

Tässä teorialuvussa tarkastellaan mielensterveyskuntoutuksen muuttuvaa toimintakenttää ja roolia. Aihetta tarkastellaan erityisesti mielensterveyspalveluiden rakennemuutoksen, palvelutuotannon muutosten sekä kuntoutujalähtöisyyden ajatuksen kautta. Tuomme esiin myös asiakkuudessa saatuja rooleja ja kokemuksia erityisesti kuntoutuja- ja voimavaralähtöisen lähestymistavan näkökulmasta. Teorialuvun loppupuolella tarkastelemme mielensterveyskuntoutuksessa hyödynnettävän yhteisöllisyyden ja vertaisuuden mahdollisuuksia erityisesti sosiaalisen pääoman ja siihen kuuluvan sosiaalisen tuen lähteinä. Mielensterveyskuntoutujien päiväryhmätoiminnan yleisiä lähtökohtia ja tavoitteita avataan omassa luvussaan. Mielestämme oli kuitenkin tarpeellista lähestyä aihetta laajemmasta, yhteisöllistä kuntoutus- ja vertaisryhmätoimintaa kartoittavasta näkökulmasta, sillä varsinaisesta mielensterveyskuntoutujien päivätoiminnasta löytyy melko vähän julkaistua tietoa.

4.1 Moninainen ja muuttuva mielensterveyskuntoutus

Mielensterveyskuntoutuksen käsite on monimuotoinen ja varsin laaja-alainen, jonka vuoksi se on vaikeasti määriteltävissä. Mielensterveyskuntoutus kytkeytyy aikaan, yhteiskunnallisiin muutoksiin ja kulttuurisiin tekijöihin. Yhteiskunnallinen käsitys mielensterveysongelmien luonteesta on muuttunut paljon viime vuosikymmenten aikana. Tämän myötä ovat vastaavasti muuttuneet myös mielensterveyskuntoutuksen tavoitteet, haasteet ja toimintamuodot. (Koskisu 2004, 10.)

Mielensterveyskuntoutuksen käsite on vakiintunut osittain psykiatrisen kuntoutuksen korvauksiksi yleiskäsitteeksi 2000-luvulla (Järvikoski & Härkäpää 2011, 234). Mielensterveyskuntoutuksen käsitettä on käytetty kattavana yleiskäsitteenä kaikelle mielensterveysongelmista kärsivien ihmisten kuntoutukselle, johon kuuluvat niin psykiatrisissa hoitoyksiköissä toteutettavat yksilölliset kuntouttavat toimet, kuin yhteisötasolla toteutettavat yleistä mielensterveyttä tukevat interventiotkin (Kuntoutusportti n.d). Hoidon ja kuntoutuksen erottaminen toisistaan on mielensterveystyössä hyvin hankalaa (Järvikoski & Härkäpää 2011, 237). Mielensterveyskuntoutuk-

sen erottamista hoidosta ei pidetä aina edes tarkoituksenmukaisena (Kuntoutusportti n.d). Järvikosken ja Härkäpään mukaan kuitenkin mielenterveyshoidon ensisijaisena tavoitteena on sairauden oireiden ja siihen liittyvän hädän sekä ahdistuksen vähentäminen. Kuntoutuksessa sen sijaan pyritään tukemaan ihmisen mahdollisuuksia selviytyä omissa sosiaalisissa rooleissa ja toimintaympäristöissä. Kuntoutuksen lähtökohtana voidaan pitää niin toipumisen prosessia kuin myös ihmisen arkielämässä selviytymistä oireista huolimatta. Kuntoutuksessa pyritään varmistamaan riittävän sosiaalisen tuen ja mielekkään toiminnan saaminen. Järvikosken ja Härkäpään mukaan pelkkä sairauslomalla tai eläkkeellä oleminen ilman toimintaa ja tekemistä ei edistä kuntoutumista. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 237.) Myös me käytämme opinnäytetyössä mielenterveyskuntoutuksen käsitettä varsin laajassa merkityksessä. Seuraavaksi luvussa tarkastellaan mielenterveyden palvelujärjestelmässä tapahtuneita muutoksia, haasteita ja yleisiä kehittämiskohteita.

Suomalaisissa mielenterveyspalveluissa on viime vuosikymmenten aikana tapahtunut mittavia hallinnollisia ja rakenteellisia muutoksia (Harjajärvi ym. 2006, 3, 16). 1990-luvun alussa tehtiin lakiuudistukset, jotka ovat vaikuttaneet merkittävästi mielenterveysongelmista kärsivien ihmisten asemaan sekä psykiatriseen terveydenhuoltoon ja mielenterveystyön toteutukseen laajemminkin. Näihin lakimuutoksiin kuuluvat mielenterveyslaki ja erikoissairaanhoidolaki sekä kansanterveyslain muutos ja laki valtionosuusjärjestelmän uudistuksesta. Takana toimi myös palvelurakennemuutos, jonka perustaksi asetettiin avopalveluiden tarjonnan merkittävä lisääminen sekä pitkäaikaisen palvelutarpeen synnyn ehkäiseminen. Suuntausta avopalveluihin motivoitiin siten, että asiakkaiden kuntoutukseen liittyvät tarpeet ja heidän osallisuutensa aktiivisina yhteiskunnan jäseninä voitaisiin turvata avopalveluiden kehittämisellä. Avopalveluiden edullisuus laitospalveluihin verrattuna toimi toisena motiivina. Mielenterveyslaissa korostettiin lisäksi itsenäisen suoriutumisen edistämistä. (Martti, Rostila & Suikkanen 2003, 80.)

Psykiatrinen erikoissairaanhoido yhdistyi hallinnollisesti muuhun erikoissairaanhoidoon erikoissairaanhoidolain myötä. Vuoden 1991 alussa viimeisetkin mielisairaanhoidopiirit lakkauttivat toimintansa ja psykiatrinen erikoissairaanhoido hävitti oman hallinnollisen ohjausjärjestelmänsä. Valtionosuusuudistuksen myötä kunnat saivat enemmän päätösvaltaa palvelujen järjestämisessä, eikä valtiollista resurssiohjausta ollut enää alueellisella ja paikallisella tasolla. Hallittu palvelurakennemuutos, jonka myötä myös mielenterveystyö, joutui keskellä syvintä taloudellista lamaa ennakoimattomaan puristukseen uudessa toimintaympäristössään. Avopalvelujen lisäämiseen tarkoitettu palvelurakennemuutos jäi kesken ja hidas sairaalapaikkojen vähentäminen näkyi sairaaloiden hallitsemattomana alasajona. Laitospaikkojen vähentämisen vuoksi mielenterveystyön asiakkaat siirrettiin avohoitoon, jonka kehittäminen jäi kesken 1990-luvun alun laman myötä. (Martti ym. 2003, 80.)

Pitkään jatkuneista avopalveluiden kehittämispyrkimyksistä huolimatta tilanne mielenterveyspalvelujen monimuotoisuuden suhteen ei edelleenkään ole riittävä, ja erityisesti sairaiden ulkopuolella olevia ympärivuorokautisia yksikköjä, järjestettyä päivätoimintaa sekä liikkuvia ja päivystäviä avopalveluja tarvittaisiin enemmän (Harjajärvi ym. 2006, 69). Kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman mukaan perus- ja avopalveluiden painottaminen ja vahvistaminen on tärkeää mielenterveysongelmien kansanterveydellisen merkityksen vuoksi, sillä monipuolisten avopalveluiden nähdään tuottavan enemmän hyvinvointia. Suunnitelman mukaan avomuotoisen mielenterveystyön vahvistaminen ja kehittäminen on siten usein vaikuttavampaa kuin laitospalveluihin panostaminen. Edellä mainitun mukaisesti pidetään avopalveluiden korostamista perusteltuna niin inhimillisistä, hoidollisista kuin taloudellisista syistä. (Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2012, 43.)

Mielenterveys- ja päihdesuunnitelmassa korostetaan, että palveluiden tulisi toimia asiakkaita ja heidän arkeaan lähellä (Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2012, 43). Mielenterveysongelmista kärsiville onkin myös olemassa erilaisia välimuotoisia eli laitoshoidon ja avohoidon välimaastoon kehitettyjä palveluja, joiden tavoitteena on tukea kuntoutumista ja avohoitoa. Tällaisia välimuotoisia palveluja ovat muun muassa erilaiset asumispalvelut, päiväsaaraalatoiminta, työtoiminta ja päiväkeskustoiminta. (Harjajärvi ym. 2006, 14.) Kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman mukaan mielenterveysasiakkailla tulisi olla saatavilla monipuolisia avohoitoa tukevia palveluita, joita tuotetaan myös kolmannella ja yksityisellä sektorilla. Näitä avohoitoa tukevia palveluja on myös vielä vahvistettava ja kehitettävä. (emt., 46.)

2000-luvun taitteessa mielenterveyspalvelujärjestelmää luonnehti hajaantuneisuus, monenkirjava palvelutarjonta sekä koordinaation puute (Harjajärvi ym. 2006, 19). Kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman (2012, 43) mukaan asiakkaat tulevat autetuiksi parhaiten, kun palvelujärjestelmä muodostaa ehjän ja yhtenäisesti toimivan kokonaisuuden. Kuntoutuspalvelujen ja -organisaatioiden hajanaisuus ja siitä johtuvat ongelmat on yksi kuntoutuksen suuria haasteita. Kuntoutujan on usein vaikea hahmottaa ja hallita tätä palvelukokonaisuutta niin, että palvelut vastaisivat parhaiten hänen tarpeitaan, sillä palveluja saadaan yleensä useasta eri organisaatiosta. (Kettunen ym. 2009, 7-8.) Pirstaloituneen palvelujärjestelmän saumakohtiin voi myös liittyä palveluaukkoja ja jatkuvuuden katkeamista (Harjajärvi ym. 2006, 23). Palvelujärjestelmää voitaisiin selkiyttää koordinoimalla paremmin kuntien mielenterveys- ja päihdepalveluja, mikä myös vähentäisi toiminnan päällekkäisyyttä ja estäisi asiakkaiden väliinputoamista. Palveluvalikoiman laajentuessa eri hallinnonaloille ja palvelutuottajien monipuolistuessa, olisi myös kiinnitettävä huomiota siihen, että mielenterveysasiakkaat pääsevät palveluihin yksinkertaisesti. (Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2012, 41, 43.) Mielenterveystyön kehittämisen tulisi olla myös monisektoriaalista, jolloin palvelujen hallinnollinen yhdistäminen kattaisi sekä terveyden- että sosiaalihuollon palvelut ja ylläpitäisi toimivia yhteistyösuhteita myös muihin sektoreihin (Harjajärvi ym. 2006, 23).

Mielenterveyslain mukaan kunnat ovat velvollisia järjestämään kunnassa ja kuntainliiton alueella sisällöllisesti ja määrällisesti tarvetta vastaavat mielenterveyspalvelut. Palvelujen intensiteetti on vaihtelevaa ja ne muodostavat erilaisia hoidollisia ketjuja mielenterveystoimistojen ja terveyskeskusten avopalveluista lähtien ja päätyvät tuetun asumisen välipalvelujen kautta sairaalahoitoon. Mielenterveyspalveluissa myös sosiaalityöllä on oma paikkansa, vaikka se onkin medikalisoitumisen uhkaama. (Jokinen & Juhila 2008, 34-35.) Vaikeasti hoidettavat ja pitkittyneet mielenterveysongelmat voivatkin vaatia huomattavasti niin terveydenhuollon avo- ja laitospalveluita kuin sosiaalitoimen palvelujakin (Harjajärvi ym. 2006, 23).

Aikuisten parissa tehtävää sosiaalityötä koskettavat myös kaikki ne uudelleen järjestelyt, joita toteutetaan tai harkitaan toteutettavaksi julkisten ja yksityisten palvelujen suhteissa. Vastuu siitä, että kansalaiset ja kuntalaiset saavat tietyt peruspalvelut, säilyy edelleen valtiolla ja kunnilla. Uudelleen järjestelyjen johdosta näitä palveluja voidaan kuitenkin tuottaa muutenkin kuin julkisina palveluina. Yhä useammin aikuisten sosiaalipalveluissa palvelut tuotetaan muualla, esimerkiksi erilaisissa sosiaalisissa järjestöissä tai yksityisellä sektorilla, ja kunta onkin vain tilaajan roolissa. (Jokinen & Juhila 2008, 7-8.)

Kilpailumalli on yksi tapa jäsentää kenttien välisiä suhteita. Kilpailumalli perustuu uusliberalistiseen ajatteluun, jossa korostuu markkinoiden ja talouden ensisijaisuus. Kun tarkastellaan tilaaja-tuottaja-mallia tämän ajattelun kautta, asettuvat siinä palvelujen tilaajat (kunnat) ja tuottajat (kunnat, yksityiset yritykset, järjestöt) ikään kuin eri puolille. Tilaajat ostavat palveluja liiketaloudellisten periaatteiden mukaan ja parhaan hinta-laatusuhteen tarjoava palvelu voittaa kilpailun. Kilpailumallissa palvelujen tuottajat siis kilpailevat toistensa kanssa yritystoiminnan periaatteiden mukaisesti. (Jokinen & Juhila 2008, 47.)

Lasse Murto (2003, 68) on tuonut esille, että palvelujen kilpailuttaminen on kuitenkin ongelmallista erityisesti silloin, kun on kyse huono-osaisimpien palvelujen tuottamisesta. Huono-osaisien palvelut eivät helposti taivu tuotteistettavaksi ja näin ”kaupattavaksi” osana tilaaja-tuottaja-mallia. Koska aikuissosiaalityössä kohdataan usein juuri huono-osaisimpia kansalaisia, tulisi kilpailumalliin liittyvät riskit ottaa vakavasti. (Jokinen & Juhila 2008, 47.) Myös Harjajärvi, Pirkola ja Wahlbeck (2006, 24) ovat tuoneet ilmi, että mielenterveysongelmat ovat usein pitkäaikaisia, jonka vuoksi psykososiaalisten palvelujen tuotteistamiseen ja ulkoistamiseen kilpailuttamalla voi liittyä ongelmia. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman mukaan ulkoistettujen mielenterveyspalveluiden hankintamenettelyjen osaaminen on erityistä huomiota vaativa asia, mutta myös vaikutuksia asiakkaan asemaan, palvelujen laatuun ja jatkuvuuteen olisi arvioitava huolella (Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2012, 42).

4.2 Lähtökohtana kuntoutujälähtöisyys

Mielenterveyskuntoutuksen tavoitteet ovat yhteydessä kuntoutuskäsitykseen. Mielenterveyskuntoutuksessa on perinteisesti painotettu diagnoosilähtöistä kuntoutusnäkökulmaa, jossa kuntoutustarpeen katsotaan syntyvän psykiatrisen diagnoosin tai jonkin selkeästi rajatun vamman perusteella. (Koskisuus 2004, 11-12.) Kuntoutuksen tutkimuksen kehittämissuunnan (2004, 24-26) mukaan kuntoutus on kuitenkin kehittynyt yhä enemmän valtaistavan paradigman suuntaan. Mielenterveyskuntoutus nähdäänkin nykyään laajemman kuntoutuskäsityksen mukaisesti monimuotoisena yksilöön ja ympäristöön vaikuttavana, yksilön voimavaroja ja resursseja painottavana toimintana (Koskisuus 2004, 11-12).

Mielenterveyskuntoutuksessa keskitytään erityisesti arkielämän lähtökohtiin ja niiden turvaamiseen. Mielenterveyskuntoutuksen lähtökohdat korostavat myös mielekkään toiminnan ja sosiaalisen osallisuuden keskeistä merkitystä. Myös yksilön sosiaalinen ympäristö nähdään hyvin merkityksellisenä asiana mielenterveyskuntoutuksessa. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 234 [Bond, Williams, Evans ym. 2000].) Kuntoutuksessa usein hyödynnetäänkin lähiyhteisöjen sosiaalisia verkostoja. Toimintamalleina voidaan myös käyttää sekä yksilö- että ryhmäkeskeisiä kuntoutusmenetelmiä. (Järvikoski & Härkäpää 1995, 21.)

Mielenterveyskuntoutuksen lähtökohtana pidetään kuntoutujakeskeistä lähestymistapaa, jossa kuntoutusprosessia ohjaavat kuntoutujan itse määrittelemät tavoitteet (Kanerva, Kuhanen, Oittinen & Schubert 2012, 101-102). Kuntoutuja nähdään siinä aktiivisena osapuolena ja oman kuntoutumisensa asiantuntijana (Kettunen ym. 2009, 7). Järvikosken ja Härkäpään mukaan (2004, 52-55, 130) kuntoutujakeskeisessä mallissa pyritään valtaistumiseen eli yksilön toimintavallan ja -voiman lisääntymiseen, kuntoutujan hallinnantunteen vahvistumiseen sekä itsestä selviytymistä mahdollistavien selviytymisstrategioiden lisäämiseen. Järvikosken ja Härkäpään esittämien näkemysten (2004, 159-160) mukaan kuntoutujälähtöinen toimintamalli perustuu asiakkaan ja kuntoutustyöntekijän tasa-arvoiseen vuorovaikutussuhteeseen ja yhteistyökumppanuuteen. Kuntoutujälähtöisessä mallissa työntekijän roolina on toimia rinnalla kulijana sekä kuntoutujan voimavarojen ja muutosprosessin tukijana. Toimintamallissa korostetaan erityisesti kuntoutujan kokemusperäistä asiantuntijuutta sekä positiivisia toimintavalmiuksia. (Kanerva ym. 2012, 100-101, 103.)

Kuntoutujälähtöinen lähestymistapa edellyttää kokonaisvaltaisen ja voimavaralähtöisen lähestymistavan omaksumista sekä asiakkaiden aitoa kuulemistakin. Kuntoutuksessa tulee painottaa tätä kokonaisvaltaista näkemystä ja ajattelu- sekä toimintatapoja, jotka tukevat kuntoutujan omien ja ympäristön tarjoamien voimavarojen hyödyntämisessä, elämänhallinnassa sekä itsenäisessä selviytymisessä. Kuntoutujälähtöisyys edellyttää yksilön elämäkokonaisuuden huomioimista; niin kuntoutujan persoona kuin elämäntilanne ja ympäristökin on otettava kuntou-

tuksen lähtökohtina huomioon. Näin pystymme myös tunnistamaan paremmin yksilön olemassa olevia voimavaroja ja mahdollisuuksia. (Kettunen ym. 2009, 7-8.)

4.3 Asiakkuuden roolit ja kokemukset

Ihmiset, jotka kärsivät mielenterveysongelmista helposti syrjäytyvät tai syrjäytetään. Sosiaalisten pelkojen murtaminen on keskeistä psykososiaalisessa mielenterveyskuntoutuksessa kuntoutujan arjen perustan vakauttamiseksi sekä identiteetin uudelleen rakentamiseksi. Sosiaaliset pelot ovat aina yhteydessä sosiaaliseen ympäristöön, jonka asenneilmapiiri heijastuu ihmisen kokemuksiin itsestään. Negatiiviset kokemukset siirtyvät osaksi identiteettiä ja ne aiheuttavat sosiaalisia pelkoja, itseinhoa ja häpeää marginalisoiden ihmistä valtakulttuurista. Kiinnikkeiden luominen valtakulttuuriin ja arjen perusasioiden kuntoon laittaminen on vaikeaa ilman sosiaalisten pelkojen murtamista. Tämä murtaminen edellyttää muutoksia aineellisissa, sosiaalisissa ja henkisissä resursseissa. Ihmisen on saatava kokemuksia tilanteista ja asioista, jotka luovat arkea uudella tavalla, irtautuakseen sosiaalisista peloista. (Järvikoski, Lindh & Suikkanen 2011, 143.) Mielenterveysongelmien leimaaman elämän muuttaminen on kuitenkin vaikeaa ja aikaa vievää. Kuntoutuminen etenee paloitellen ja tuen tarve voi vaihdella kuntoutumisprosessin eri vaiheissa. Julkisten palveluiden vähäiset resurssit heikentävät usein myös intensiivisen kuntoutustyön mahdollisuutta. Asiakkaiden yksilöllisiin tilanteisiin on haastavaa keskittyä intensiivisesti, kun työtä on paljon. (emt., 141.)

Asiakkuudessa koetuilla osallistumisen ja kuulluksi tulemisen kokemuksilla on usein suuri merkitys ihmisen elämään; jo pienetkin vahvistavat kokemukset voivat auttaa marginalisoitumisen, vaikuttamismahdollisuuksien vähenemisen ja kansalaisuuden kaventumisen poluilta kohti elämänhallinnan ja täysivaltaisen osallisuuden vahvistumista (Niiranen 2002, 63). Ihmisten asiakkuudessa saamat kokemukset vaikuttamisesta, osallistumisesta tai syrjäytymisestä vaihtelevat sen mukaan, millaiseen rooliin asettumista asiakkaalta odotetaan; onko hän esimerkiksi enemmän toimenpiteiden kohde vai aktiivinen yhteisönsä jäsen (Niiranen 2002, 67 [Lowndes 1995]). Osallistumista ja osallisuutta koskevat odotukset riippuvat siitä, minkälaisessa asiakassuhteessa ihminen on. Mikäli ihminen on omaksunut vastaanottavan kohdeasiakkaan roolin, voi hänen olla hankala toimia aktiivisesti oman kuntoutumisensa subjektina. (Niiranen 2002, 69-70.)

Palaute on hyvin tärkeää kuntoutumisen onnistumisen kannalta. Kuntoutuja voi kehittyä palautteen ohjaamana, jos hän saa sitä jatkuvasti omasta toiminnastaan ja yrittämisestään. Kannustava, myönteinen ja yrittämistä korostava palaute saattaa tukea kuntoutumista. (Kettunen ym. 2009, 63.) Ratkaiseva merkitys on myös kuntoutujan omalla motivaatiolla. Jos kuntoutuja näkee kuntoutumisen tavoiteltavana ja itselleen merkityksellisenä, hänen motivaationsa kuntoutumiseen kasvaa. Tavoitteen saavuttamisen keinoilla on myös merkitystä. Ihminen

jaksaa panostaa ponnisteluihinsa kuntoutumisen hyväksi, jos hän uskoo että hänellä on mahdollisuuksia saavuttaa tavoite. (Kähäri-Wiik, Niemi & Rantanen 2007, 18.)

Kuntoutuja itse määrittää aina kuntoutustyön onnistumisen tai epäonnistumisen. Asiakkaan kokemus saamastaan palvelusta ja siitä, miten hän kokee tulleen kohdatuksi vuorovaikutustilanteissa mittaa työn lopullisen laadun, vaikka koko ammattiauttajista koostuva kuntoutustiimi tekisi työnsä omasta mielestään hyvin. Vuorovaikutuksessa on ensisijaisesti kyse kuntoutujan identiteetin luomisesta, säilymisestä ja tukemisesta, sillä asiakastilanteissa kuntoutuja myös määrittää itseään ja omaa arvoaan. Jokainen auttamis- ja kohtaamistilanne saattaa antaa kuntoutujalle tunteen joko voimasta ja toivosta tai voimattomuudesta ja epätoivosta. (Kettunen ym. 2009, 60.) Yhteiskuntaan integroimisen tavoite voi kääntyä osallisuuden mahdollistamisesta toiseuden tuottamiseksi, jos järjestelmän toimijat ohittavat ihmisten omat käsitykset tilanteestaan (Raunio 2006, 15). Kuntoutujalle on loukkaavaa tulla sivuutetuksi yksilönä ja vastaanotetuksi pelkästään esimerkiksi diagnoosin edustajana, sillä jokainen ihminen haluaa tulla kohdatuksi arvostettuna ja ainutlaatuisena (Kettunen ym. 2009, 60). Kun keskustellaan ongelmakielellä, tullaan usein myös sivuuttaneeksi yksilöillä olevia vahvuuksia ja voimavaroja (Raunio 2006, 47).

Ongelmien todellisesta luonteesta huolimatta ei niihin tule keskittyä niin täysivaltaisesti, ettei elämäntilanteen resursseja; ihmisen olemassa olevia voimavaroja ja vahvuuksia tunnisteta (Raunio 2006, 47). Marginaaleissa elämiseen voi sisältyä myös positiivisia puolia, sillä marginaaleihin kätkeytyy monenlaisia resursseja ja potentiaalia, joita voidaan esimerkiksi sosiaalityön keinoin yrittää tuoda näkyväksi (Juhila 2002, 17). Ongelma- ja vajavuuskeskeisen lähestymistavan sijaan on korostettava asiakkaan voimavaroja ja vahvuuksia, sillä vain niistä lähtemällä voidaan muuttaa asiakkaiden kielteisiä käsityksiä itsestä. Voimavaralähtöinen työskentely ehkäisee marginalisoitumista, sillä siinä tarkastellaan asiakkaan tilannetta aktiivisen toiminnan ja osallisuuden näkökulmasta. (Raunio 2006, 44, 47.) Osallistuminen tukee ihmisen persoonallista kasvua ja lisää kykyä ottaa vastuuta itsestä ja lähiympäristöstä. Asiakkaan osallistuvampi rooli tarkoittaa, että asiakas on yhä vahvemmin osallisena suunnittelemassa ja valitsemassa erilaisia häntä koskevia ratkaisuja. (Niiranen 2002, 73-74.)

4.4 Yhteisöllisyyden vahvistava voima

Holistisen ja elämänlaatua korostavan lähestymistavan mukaan sosiaalinen ympäristö ja yhteisölliset suhteet nähdään merkitsevinä mielenterveyden tekijöinä (Savolainen 2011, 148). Mielenterveys rakentuu vuorovaikutuksessa muiden ihmisten ja ympäristön kanssa (Jantunen 2010, 86), ja ihmisen voidaan nähdä kiinnittyvän yhteisöihin ja yhteiskuntaan erilaisten sosiaalisten roolien ja tehtävien kautta. Sosiaalisista rooleista syrjäytyminen vahvistaa usein ihmisten ulkopuolisuuteen ja erilaisuuteen liittyviä tunteita sekä näköalattomuuden ja sosiaali-

sen paikattomuuden kokemuksia. Mielenterveyskuntoutuksen tavoite liittyykin vahvasti sosiaalisissa rooleissa ja ympäristöissä toimimiseen. (Koskisu 2004, 18-19.)

Sosiaalisiin verkostoihin liittyy aina sosiaalisen tuen mahdollisuus, jonka vuoksi sosiaaliset verkostot nähdään merkityksellisinä kuntoutustyötä voimavaraistavina tekijöinä (Metteri & Haukka-Wacklin 2010, 55; Vahtera & Uutela 1994). Edellä viitatus mukaisesti, mielenterveyskuntoutujien elämää jäsentävät kuitenkin usein kokemukset ulkopuolisuudesta, yksinäisyydestä ja eristäytymisestä. Kuntoutujan sosiaaliset suhteet voivat heikentyä monen eri tekijän johdosta. (Koskisu 2004, 27.) Mielenterveyden ongelmat vaikeuttavat esimerkiksi sosiaalisista rooleista ja tehtävistä selviytymistä, jolloin ne vaikuttavat henkilön tapaan olla vuorovaikutuksessa sosiaalisen ympäristönsä kanssa (Koskisu 2004, 29; Savolainen 2011, 155). Mielenterveysongelmista kärsivän henkilön voi olla myös vaikea ylläpitää sosiaalisia suhteitaan, jolloin sosiaalinen pääoma ja mahdollisuudet sosiaaliseen tukeen voivat heikentyä (Koskisu 2004, 29; Savolainen 2011, 155; Jantunen 2010, 86; Vahtera & Uutela 1994).

Ihmisellä on kuitenkin luontainen tarve kuulua ryhmiin, joissa voi tuntea itsensä hyväksytyksi ja saada kokemuksen välittämisestä ja huolenpidosta. Luonnollisten sosiaalisten verkostojen kaventuessa, korostuu usein tarve kuulua ryhmään, jossa on mahdollista jakaa kokemuksia ja kokea tulevaisuutta kuulluksi ja ymmärretyksi. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 242.) Kun huomataan, että on muitakin sivuun joutuneita; ihmisiä, jotka jakavat samankaltaisia kokemuksia, voi ihmisten välille syntyä kokemus yhteisyydestä ja solidaarisuudesta (Hyväri 2001, 167). Hyvärin (2001, 170) mukaan aito yhteisöllisyys edellyttääkin, että ihmiset haluavat liittyä yhteen ihmisten kanssa, joilla on samankaltaisia arvoja ja kokemuksia sekä osoittaa solidaarisuutta ja yhteyttä heihin.

Yhteisöllisyys on tärkeä toimintaperiaate mielenterveyskuntoutuksessa (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 315). Mielenterveystyössä asiakkaiden kuntoutumista pyritään tukemaan monenlaisen sosiaalisen toiminnan ja vuorovaikutuksen mahdollistavien kuntoutusympäristöjen ja -menetelmien kautta. Mielenterveyskuntoutuksessa tuetaan yhteisöllisiä tavoitteita esimerkiksi erilaisten ryhmien ja vertaistoiminnan kautta. (Koskisu 2004, 28.)

Yhteisöllisessä työtöteessä keskeistä on osallisuus, vaikuttaminen yhteisössä ja voimaantuminen yhteisön avulla (Hyväri & Nylund 2010, 33 [Närhi 2003]). Hyvärin (2001, 285) mukaan toimintakyvyn vahvistuminen ja voimaantuminen on mahdollista yhteisöissä, joissa voi kokea tulevaisuutta kuulluksi. Jantusen (2010, 96-97) mukaan voimavarojen vahvistuminen voi näkyä esimerkiksi aktiivisuuden lisääntymisenä, ryhmän ulkopuolisten ihmissuhteiden vahvistumisena, aikaisempaa tietoisempina valintoina, tulevaisuuteen suuntautuvana ajatteluna ja elämänsisällön suunnitteluna.

Yhteisöllinen työ voi eri muodoissaan tukea yksilön edellytyksiä täysivaltaiseen osallistumiseen ja rohkaista yksilöitä itseohjautuvuuteen. Tavoitteen saavuttaminen onnistuu parhaiten, kun työn lähtökohtina korostetaan omien voimavarojen ja mahdollisuuksien hyödyntämistä, itsemääräämistä ja autonomisuutta. (Hyväri & Nylund 2010, 34-35.) Yhteisöllisen toiminnan kautta pyritään myös psykososiaalisen ja sosiaalisen toimintakyvyn vahvistumiseen (Punkanen 2001, 62). Ryhmässä yksilö voi oppia omista toimintavoistaan ja kehittää sosiaalisia ja vuorovaikutustaitoja (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 243). Yhteisössä on mahdollista toteuttaa itseään, ja yhteisöllinen toiminta antaa mahdollisuuden myös kumppanuuteen ja vertaistukeen (emt., 317-318). Keskeistä yhteisöissä ja yhteisöllisyydessä on vuorovaikutuksen lisäksi myös merkitysten ja identiteetin etsiminen (Hautamäki 2005, 8). Ihmiset luovat itseään ja rakentavat identiteettiään yhteisöllisissä suhteissa (Hyväri 2001, 87-89). Hyvärin (2001, 249) mukaan marginaalista voidaan murtautua luomalla uudenlaista yhteyttä itsen ja toisiin ihmisiin, mikä merkitsee sivullisuuden vastustamista ja eristyneisyyden ja välineellistyneiden suhteiden purkamista.

4.5 Vertaisuuden mahdollisuudet

Vertaisryhmätoimintaan liittyy monenlaisia kuntoutuksellisia tekijöitä, jonka vuoksi sillä onkin merkittävä rooli mielenterveyskuntoutuksessa (Kanerva ym. 2012, 116). Vertaistoiminta voi tarjota monenlaisia merkityksiä ja kiinnekohtia kuntoutujan elämään (Kuuskoski 2003, 30), ja se voikin eri muodoissaan toimia siltana marginaalisuuden paikoista ja ulkopuolisuudesta yhteyteen ja osallisuuteen (Jantunen 2010, 85, 97). Vertaisryhmät voivat kuitenkin olla toimintatavoiltaan, tavoitteiltaan ja kokoonpanoiltaan hyvin erilaisia (Kuuskoski 2003, 31). Tutkija Marianne Nylundin [2000] mukaan vertaisryhmät voidaan luokitella niiden organisoitumistavan mukaan neljään eri kategoriaan. Vertaisryhmät voivat olla itsenäisesti toimivia kansalaisryhmiä, yhdistys- ja vapaaehtoistoimintaan liittyviä ryhmiä, sosiaali- ja terveyspalveluiden osana toimivia julkiseen tukeen perustuvia ryhmiä tai ryhmiä, joissa on piirteitä kaikista edellä mainituista organisoitumistavoista. (ks. Kuuskoski 2003, 32.) Tässä yhteydessä näkökulmamme perustuu sosiaali- ja terveyspalveluiden osana toimiviin, ammattilaisten ohjaamiin vertaisryhmiin ja yhteisölliseen kuntoutustoimintaan.

Vertaisryhmätoiminnan voidaan nähdä tässä yhteydessä perustuvan terapeutin yhteisöhoitoon malliin. Terapeutin yhteisöllä tarkoitetaan yhteisöä, joka tietoisesti yhteisön voimaa ja vuorovaikutusta hyödyntäen pyrkii hoidollisten, kuntoutuksellisten tai kasvatuksellisten tavoitteiden saavuttamiseen. Terapeutista yhteisöä pidetään usein yhteisöhoitoon synonyyminä, mutta siitä voidaan käyttää myös muunlaisia nimityksiä. Terapeutin yhteisöhoitoon periaatteiden soveltaminen voi vaurastuttaa ja avartaa lähes kaikkea hoito- ja kuntoutustyötä. Yhteisömallia sovelletaankin melko laajasti sosiaali- ja terveysalan kentällä, esimerkiksi mielenterveys- ja päihdekuntoutujien sekä kehitysvammaisten asiakkaiden kanssa. (Punkanen

2001, 61, 65.) Hoidollisia yhteisöjä voivat olla myös sellaiset yhteisöt, jotka eivät perustu hoitamaan työskentelyyn, mutta joiden tavoitteena on tukea ihmisten kykyä elää itsenäistä elämää itse tahtomallaan tavalla (Hyväri 2001, 276). Yhteisöhoidon toimintaperiaatteita hyödyntävät esimerkiksi erilaiset akuuttihoidon yksiköt, asumispalvelut ja päivätoimintayksiköt (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 250).

Terapeuttisissa yhteisöissä ja vertaisryhmissä asiakkaila on aktiivinen osallistujan ja toimijan rooli, sen sijaan, että he olisivat passiivisen avun vastaanottajan roolissa (Punkanen 2001, 61). Vertaistoimintaan kuuluu ajatus siitä, että jokainen on oman elämänsä ja arkensa paras asiantuntija. Vertaistoiminta myös perustuu kokemukseen osallisuudesta ja tasavertaisuudesta, eikä ilman näitä voida puhua vertaistoiminnasta. (Kuuskoski 2003, 31.) Yhteisöllisyys voi vahvistaa osallisuutta ja sosiaalista kanssakäymistä sekä vastuunkantoa itsestä ja muista yhteisön jäsenistä. Terapeuttisessa yhteisössä kaikilla yhteisön jäsenillä on myös yhtäläiset mahdollisuudet osallistua päätöksentekoon ja vaikuttaa yhteisiin asioihin. Terapeuttisissa yhteisöissä ja vertaisryhmissä kunnioitetaan erilaisuutta, sallitaan epäonnistumisia ja kannustetaan avoimeen vuorovaikutukseen. (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 251.)

Yhteisöllisessä ryhmätoiminnassa kuntoutujan sosiaalinen toimintakyky ja itsetunto voivat vahvistua, sopeutuminen uudenlaiseen tilanteeseen parantua ja aktiivisuus lisääntyä (Punkanen 2001, 65). Jantunen (2010, 94, 96) mukaan vertaistoiminta voi tuottaa voimaantumista, tukea aloitteellisuutta sekä uuden identiteetin löytymistä. Vertaisryhmä on yhteisö, joka antaa mahdollisuuden omaan kasvuun ja arjen kannalta merkityksellisen, uuden tiedon oppimiseen (Kuuskoski 2003, 31). Erilaisissa vertaisryhmissä tuki ja auttaminen voi konkretisoitua monin eri tavoin (Hyväri & Nylund 2010, 27). Kuntoutujat saavat yhteisöllisestä vertaistoiminnasta usein myös sellaista sosiaalista tukea, jota ammatilliset työntekijät eivät pysty tarjoamaan (mm. Segal ym. 1993, 705). Vertaistoiminnan yhteydessä puhutaan usein myös sosiaalisesta pääomasta (Jantunen 2010, 86).

Sosiaalinen pääoma on käsitteenä moniulotteinen ja siitä on olemassa monenlaisia kilpailevia määritelmiä (Ruuskanen 2002, 8). Sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan kuitenkin tavallisesti sosiaalisen ympäristön ja sosiaalisten suhteiden sellaisia ulottuvuuksia, kuten sosiaalisia verkostoja, vastavuoroisuuden normeja ja luottamusta, jotka edistävät henkilöiden välistä vuorovaikutusta sekä tukevat yhteisön hyvinvointia ja yksilöiden tavoitteiden toteutumista (Ruuskanen 2002, 5; Iisakka & Alanen 2006). Ihmisellä on siis sosiaalista pääomaa, kun hän kykenee osallistumaan yhteisön toimintaan sen luotettuna jäsenenä ja olemaan vuorovaikutuksessa siihen kuuluvien ihmisten kanssa (Jantunen 2010, 86).

Sosiaalinen pääoma, joka näyttäytyy yhteisöissä verkostoina, vastavuoroisuutena ja luottamuksena, vahvistaa ja suojaa ihmistä elämän vastoinkäymisissä ja valinnoissa sekä auttaa sel-

viämään erilaisissa elämän muutos- ja ongelmatilanteissa (Kuuskoski 2003, 36). Sosiaalinen pääoma Suomessa -tilastokatsauksen mukaan sosiaalisella pääomalla ja siihen kuuluvalla osallistumisella, luottamuksella ja sosiaalisella tuella, on selvä positiivinen yhteys koettuun terveyteen (Tilastokeskus 2006). Kuuskosken (2003, 36) mukaan vertaistoimintaan osallistuminen vahvistaa sosiaalista pääomaa keskinäisen ajatustenvaihdon, mielekkään tekemisen, erilaisten itsensä toteuttamisen muotojen ja oman identiteetin vahvistumisen kautta.

Sosiaaliseen pääomaan myös liittyvä sosiaalisen tuen käsite ei ole sekään yksiselitteisesti määriteltävissä, sillä kokemus sosiaalisesta tuesta on hyvin subjektiivinen (Metteri & Haukka-Wacklin 2010, 55). Housen ja Kahnin mukaan [1985] sosiaalista tukea voidaan tarkastella sosiaalisena liittymisenä sekä sosiaalisen verkoston rakenteen ja sosiaalisten suhteiden sisällön näkökulmista. Sosiaalinen liittyminen tarkoittaa sosiaalisten suhteiden olemassaoloa tai määrää. Sosiaalisen verkoston rakennetta tarkasteltaessa voidaan kiinnittää huomiota esimerkiksi yhteydenpidon tiheyteen, suhteiden vastavuoroisuuteen ja kestoon liittyviin asioihin. Suhteiden sisällöllä sen sijaan tarkoitetaan sosiaalisten suhteiden antaman tuen laatua. (ks. Metteri & Haukka-Wacklin 2010, 56.) Sosiaalinen tuki voi olla luonteeltaan esimerkiksi aineellista tukea, tiedollista tukea, henkistä tukea tai henkilön arvostamiseen liittyvää tukea (Vahtera & Uutela 1994).

Aineellisella tuella tarkoitetaan konkreettista auttamista ja tiedollinen tuki voi olla luonteeltaan henkilön neuvomista (Vahtera & Uutela 1994). Vertaisryhmissä toteutuu usein mahdollisuus tiedollisen tuen saamiseen. Erilaisten vertaisryhmien jäsenillä on paljon erilaista kokemuseräistä tietoa, jonka jakaminen ryhmässä on tärkeää, sillä ryhmän sisältä nouseva uudenlainen tieto voi auttaa ryhmäläisiä heidän omassa kuntoutumisessaan. Keskustelu muiden samankaltaisen ongelman kokeneiden kanssa voi auttaa luomaan toivoa selviytymiskeinojen löytymisestä, motivoida sitoutumaan muutokseen ja antaa kokemuksen yhteisestä tavoitteensta sekä ymmärretyksi ja hyväksytyksi tulemisesta. (Kanerva ym. 2012, 116; Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 242-243.) Yhteisten ongelmien ja elämänvaiheiden jakamisen lisäksi vertaisryhmistä voi löytää myös samanhenkisiä ystäviä ja saada virkistystä arkeen (Kuuskoski 2003, 33).

Henkisellä tuella voidaan viitata kuuntelemiseen, luottamukseen ja empaattisuuteen, ja arvostamiseen liittyvällä tuella positiiviseen vahvistamiseen ja palautteen antamiseen (Vahtera & Uutela 1994). Nämä sosiaalisen tuen muodot ilmenevät usein myös vertaisten keskinäisessä toiminnassa. Kuuskosken (2003, 33) mukaan olennaista vertaisryhmässä onkin kokemus ryhmään kuulumisesta sekä kuulluksi ja hyväksytyksi tulemisesta. Muiden ryhmän jäsenten antama hyväksyntä ja ymmärrys voi auttaa kuntoutujaa luopumaan häpeään liittyvistä ajatuksista, ja samankaltaisuuden kokeminen voi vahvistaa normaaliuden tunnetta ja positiivista identiteettiä. (Kanerva ym. 2012, 116; Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 242).

Vertaisryhmä voi olla yksilölle paikka, jossa irtautua toiseuden kokemuksista. Vertaisryhmät voivatkin toimia hyvinä paikkoina vastapuheelle. Vastapuhe on leimatulle identiteetille vaihtoehtoisten määritysten tuottamista. Se voi olla leimatun identiteetin mukaisia odotuksia ja rooleja kyseenalaistavaa ja leimatusta tavasta poikkeavaa puhetta tai toimintaa. (Kulmala 2006; Juhila 2004, 29.) Vertaisryhmissä kuntoutuja voi saada myös kokemuksen autettavasta auttajaksi muuttumisesta. Tukiessaan ja ymmärtäessään toisia vertaisia voi ryhmän jäsen kokea olevansa avuksi muille samankaltaisen ongelman kanssa painiville, jolloin myös hänen oma tunteensa elämänhallinnasta voi vahvistua ja ymmärrys omista haasteista kasvaa. (Karnerva ym. 2012, 116; Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 242; Jantunen 2010, 87.)

5 Päiväryhmätoiminta ja ryhmämuotoinen toiminta aikuistyössä

Tässä tutkielman teoriaosan päättävässä luvussa käsitellään mielenterveyskuntoutujien päivätoimintaa kuntoutuksen osana. Koska mielenterveyskuntoutujien päivätoiminta on tutkimamme keskiössä, halusimme tarkastella aihetta omassa luvussaan. Aloitamme luvun lyhyellä alustuksella ryhmämuotoisesta toiminnasta. Tämän jälkeen siirrymme tarkastelemaan mielenterveyskuntoutujien päivätoiminnan yleisiä lähtökohtia ja periaatteita asiakkaiden ja kuntoutustyön tukemisessa. Luvun viimeisessä osassa esittelemme työelämäkumppanina toimineen Riihenajan päiväryhmätoimintaa.

5.1 Ryhmämuotoinen toiminta aikuistyössä

Erilaisia ryhmiä on käytetty yhtenä sosiaalityön menetelmänä jo pitkän aikaa. Esimerkiksi 1950-luvulla ryhmämuotoista työskentelyä alettiin käyttää Suomen päihdehuollon A- klinikoilla. Ryhmätyötä käytetään päämäärään kohdistuneena välineenä, jossa ihmisen sosiaalista olemusta käytetään yksilön, ryhmän, yhteisön sekä yhteiskunnallisten asioiden ja ongelmien ratkaisua varten. Ryhmille voidaan asettaa odotuksia ryhmäläisten aktivoimiseen sekä tilanteen mahdolliseen muutokseen joko ryhmän aikana tai sen jälkeen. Lisäksi mahdollinen vertaistuki ja uudet sosiaaliset kontaktit muista ryhmäläisistä ovat usein ryhmän yhtenä tavoitteena. Ryhmien erilainen, usein luova ja toiminnallinen työskentelytapa saattaa myös auttaa ryhmäläisiä löytämään omia voimavarojaan. (Jouttimäki 2011, 93-94.)

Postmodernissa yhteiskunnassa ryhmätyötä saatetaan käyttää yhteisöllisyyden rakentamisen välineenä. Sillä on erityinen merkityksensä yhteisön ja yksilön välisen dikotomian ylittämiseksi. Suomesta löytyy kuitenkin vain vähän sosiaalityön ryhmätoimintaan liittyvää tutkimusta, dokumentointia ja arviointia. Erityisesti aikuissosiaalityön puolelta on vaikeampi löytää julkaistua tietoa ryhmätoiminnasta. Kuntien sosiaalitoimen aikuissosiaalityö on pääsääntöisesti keskittynyt yksilökohtaiseen asiakastyöhön, jolloin yksityinen sektori on useimmiten toiminut

ryhmätoiminnan järjestäjänä sosiaalialalla. Ryhmämuotoinen työskentely ja oppiminen näyttäisivät jälleen trendinä lisääntyneen sosiaalialalla sekä laajemminkin yhteiskunnassa 2000-luvun loppupuolella ja 2010-luvun alkupuolella. Jää nähtäväksi, onko kiinnostus ryhmiä kohtaan vain väliaikainen ilmiö vai onko ryhmätoiminta tullut jäädäkseen pysyvästi. (Jouttimäki 2011, 93-94.)

5.2 Mielenterveyskuntoutujien päivätoiminta

Avohoidossa oleva mielenterveyskuntoutuja kärsii usein yksinäisyydestä ja toimeettomuudesta. Muiden ihmisten tapaaminen ja mielekkääksi koettu tekeminen auttavat usein mielenterveyden kohentumiseen, ylläpitoon ja jopa palauttamiseen. (Martti ym. 2003, 80.) Mielenterveyskuntoutajat asuvatkin yhä useammin itsenäisesti tai tuetun asumisen piirissä ja osallistuvat sieltä erilaiseen yhteisölliseen toimintaan, jonka tarkoituksena voi olla kuntoutus- ja virkistystoiminnan tai vertaistuen tarjoaminen (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 316). Aikuisväestön mielenterveyspalvelujen tilaa selvittäneen MERTTU-tutkimuksen mukaan mielenterveyskuntoutujien erilainen päivätoiminta on ollut riittämätöntä, vaikka tällaisen toiminnan tulisi kuulua mielenterveystyön palveluvalikoimaan. Laadukkaan, riittävän ja oikea-aikaisen hoidon lisäksi mielekkään tekemisen järjestäminen olisi hyvin tärkeää niin avo- kuin laitoshoidossakin oleville mielenterveyskuntoutujille. (Harjajärvi ym. 2006, 72.)

Erilainen päivätoiminta tarjoaa ryhmämuotoista, järjestettyä toimintaa ja sosiaalisia kontakteja tai sosiaalista tukea. Järjestettyä päivätoimintaa tarjoavia yksiköitä voidaan ryhmitellä eri tavoin sen perusteella, onko kyseessä työhön vai muuhun järjestettyyn toimintaan liittyvä, intensiivinen tai harvajaksoinen, akuutti vai ei-akuutti päiväpalvelu. Mielenterveyskuntoutujille suunnattuja päivätoimintapalveluja tarjoavat esimerkiksi psykiatriset päiväosastot, päivätoimintakeskukset sekä erilaiset klubitalot. (Harjajärvi ym. 2006, 31.) Tässä yhteydessä emme niinkään tarkastele varsinaista psykiatriasta päivä kuntoutusta tai kuntouttavaa työtoimintaa, vaan enemmän kuntouttavaa ja aktivoivaa päivätoimintaa.

Päivätoiminnan tavoitteena on mielekkään, normaalia päiväjärjestystä tukevan ja ylläpitävän tekemisen ja virkistykseen tarjoaminen. Samanaikaisesti tuetaan myös kuntoutujien kokonaisvaltaista hyvinvointia ja toimintakykyä sekä tuetaan sosiaalista vuorovaikutusta muiden ihmisten kanssa. Päivätoimintaan hakeudutaan usein hoitavan tahon läheteellä ja sitä voidaan järjestää mielenterveyskuntoutujalle esimerkiksi laitoshoidon jälkeisenä avohuollon tukitoimeksi. Päivätoiminnassa harjoitellaan erilaisia elämäntaitoja ja saadaan erilaista toiminnallista sisältöä arkeen. Päivätoiminnassa voi olla erilaisia keskusteluryhmiä ja toiminnallisia ryhmiä, jotka voivat esimerkiksi sisältää erilaista liikunnallista toimintaa, ruuanlaittoa, käsitöitä tai pelien pelaamista. (Punkanen 2001, 26-27.)

Arjen- ja käytännönläheisyys ovat päivä- ja työtoiminnan keskeisimpiä vahvuuksia. Asiakkaiden perustarpeiden tyydyttäminen ja sosiaalisen tuen tarjoaminen ovat usein toiminnan lähtökohtana. Päivätoiminnan avulla voidaan parantaa asiakkaan osallisuutta ja ehkäistä eristäytymistä yksinäisyyteen. Asiakkaat voivat kehittää sosiaalisia taitojaan, saavat mielekästä tekemistä, onnistumisen kokemuksia, monitahoista tukea arjen hallintaan liittyvissä kysymyksissä sekä sosiaalista tukea. Päivätoiminta lisää näin ollen asiakkaan turvallisuudentunnetta. Hyvä päivätoiminta on voimavara- ja ratkaisukeskeistä, joka näkyy toiminnan lähtökohdissa ja toteutuksessa. Hyvä päivätoiminta myös tukee kokonaisvaltaisesti asiakkaiden arjessa selviytymistä ja edistää itsenäistä asumista jatkuvasti ja helposti saatavilla olevan ohjauksen, neuvonnan ja keskustelun avulla. (Martti ym. 2003, 4.)

Ohjattu toiminta ja positiivinen palaute tuovat toimintaan mielekkyyttä ja siihen liittyviä onnistumisen kokemuksia. Hyvässä päivätoiminnassa ei ole leimaavuutta eikä avointa kontrollointia, vaan siinä tietoisesti vältetään viranomaisvaikutelmaa. Asiakkaat ovat mukana heidän omia asioitaan sekä päivätoimintaa koskevassa päätöksenteossa. Toiminta on siis myös asiakasta voimaannuttavaa ja valtauttavaa. Toiminnan vaikuttavuuden kannalta työntekijät, tapa kohdata asiakas sekä asiakkaan luottamuksen saavuttaminen ovat toiminnassa suuressa roolissa. Asiakkaan luottamuksen saavuttaa parhaiten työntekijä, jolla on läheinen kosketus asiakkaan kokemusmaailmaan. Hyvä työntekijä on samanaikaisesti lähimmäinen, kasvattaja ja ammattilainen. (Martti ym. 2003, 4.)

5.3 Riihenaika Oy ja sen päiväryhmätoiminta

Riihenaika Oy on vuonna 2004 perustettu yritys, joka tuottaa sosiaali-, koulutus- ja valmennuspalveluita. Riihenajan päätoimintapaikka on Vantaalla ja yritys toimii lähes koko eteläisen Suomen alueella. (Riihenaika n.d. a.) Riihenaika järjestää erilaista sosiaalista kuntoutusta, jonka piiriin mielenterveyskuntoutujien päiväryhmätoiminta myös kuului. Riihenajan päivätoiminnan toimitilat sijaitsivat Vantaalla ja tilat sisälsivät oleskelu- ja keittiötilojen lisäksi toimistotiloja, joita käytettiin yksilötapaamisiin. (Palvelun kuvaus: Mielenterveyskuntoutujien päivätoiminta.)

Riihenajan päivätoiminnan tavoitteena oli mielenterveyskuntoutujien toimintakyvyn ylläpitäminen, ja toimintaa järjestettiin asiakkaan yksilöllisten tarpeiden mukaisesti, niin kotona asuville kuin asumispalveluyksikössä asuvillekin. Päivätoimintaan sisältyi monipuolista toimintaa. Päivätoiminnan tarkoituksena ei ollut tuottaa palveluja tai tavaraa, eikä siihen osallistumisesta maksettu kuntoutujalle työosuusrahaa, vaan toiminta saattoi olla esimerkiksi keskustelua, retkeilyä, liikuntaa, luovaa toimintaa tai sosiaalisten taitojen harjoittelua. (Palvelun kuvaus: Mielenterveyskuntoutujien päivätoiminta.) Mielenterveyskuntoutujien päivätoimintaa toteutettiin toimintakykyä ja kuntoutumista edistävällä tavalla tukien myös sosiaalisten ver-

kosten säilymistä ja laajenemista, rohkaisten asiakkaita omien voimavarojen löytämiseen ja käyttämiseen sekä omatoimisuuteen. Päiväryhmätoimintaa ohjasi ammattitaitoinen henkilöstö, jolla on vahva kokemus kuntoutustyöstä. Ryhmätoiminnan ohella asiakkailla oli myös mahdollisuus säännölliseen yksilöohjaukseen päiväryhmätoiminnan ohjaajien kanssa. Riihenajan päiväryhmätoiminnassa hyödynnettiin ammattihenkilöstön tuen lisäksi myös vertaistukea. (Riihen aika n.d. b.)

Päiväryhmätoimintaan ohjaututtiin läheteellä. Kaikille päiväryhmätoiminnan asiakkaille laadittiin sopimus, jonka kesto määräytyi asiakkaiden yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Asiakassuhteet olivat kestäneet keskimääräisesti puolesta vuodesta vuoteen. Ensimmäisen kuukauden aikana, jolloin asiakas osallistui Riihenajan päiväryhmätoimintaan, hänelle laadittiin yksilöllinen kuntoutussuunnitelma. Päivätoiminnan vaikuttavuutta arvioitiin määräajoin kuntoutussuunnitelman mukaisesti asiakkaan, palveluntuottajan ja kunnan edustajan kanssa. Riihen aika tuotti asiakkaan henkilökohtaisen kuntoutussuunnitelman mukaista sosiaalista kuntoutusta eli päivätoimintaa 5h/arkipäivä. (Palvelun kuvaus: Mielenterveyskuntoutujien päivätoiminta.)

Kirjallisessa kuntoutussuunnitelmassa huomioitiin pitkän ja lyhyen aikavälin kuntoutuksen tavoitteet, suunnitellut toimenpiteet tavoitteiden saavuttamiseksi sekä kuntoutukseen liittyvät vastuuhenkilöt ja aikataulut. Suunnitelmaan kirjattiin ja suunnitelmassa huomioitiin asiakkaan omat toiveet ja tarpeet. Suunnitelma oli yksilöllinen, konkreettinen ja asiakkaan tarpeista lähtevä. Kuntoutumissuunnitelmassa perusteltiin, kuinka asiakkaalle suunniteltu kuntoutus tukee juuri hänen kuntoutumistaan. Kuntoutumissuunnitelma laadittiin yhdessä asiakkaan kanssa ja asiakkaan osallisuus vahvistettiin asiakkaan allekirjoituksella. (Palvelun kuvaus: Mielenterveyskuntoutujien päiväryhmä.)

6 Opinnäytetyön tavoitteet, toteutus ja metodologiset valinnat

Tämän luvun ensimmäisessä osassa esittelemme tutkielman tarvetta, tavoitteita ja tutkimuskysymyksiä. Tämän jälkeen kuvaamme tutkimusprosessin etenemistä sekä avaamme tutkimuksen metodologia perusteluja. Tässä osiossa käsittelemme laadullisen tutkimustavan, haastattelumenetelmien ja teemahaastattelun periaatteita ja hyötyä. Tämän jälkeen tarkastelemme valittua analyysimenetelmää ja analyysin vaihteita. Tutkimusaineistoa ja haastattelujen yleisluontoista toteutusta käsitellään tämän jälkeen tarkemmin omassa luvussaan. Tutkimusmenetelmiä koskevissa luvuissa on kuitenkin kuvattu tutkielmaa koskevia valintoja ja myös prosessin etenemistä yleisen teorian ohella. Luvun lopussa perustelemme ja avaamme haastattelun teema-alueita teemahaastattelurunkoa yksityiskohtaisemmin.

6.1 Opinnäytetyön tarve, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Tutkimustehtävänäme oli kartoittaa Riihenajan asiakkaiden kokemuksia ja näkemyksiä päiväryhmätoiminnasta. Tutkimustehtävä jäsennettiin kolmeksi tutkimuskysymykseksi, joihin opinnäytetutkielmassa pyritään vastaamaan. Tutkimuskysymykset olivat:

1. Millaisia yleisiä kokemuksia asiakkailla on Riihenajan päiväryhmätoiminnasta?
2. Millaisena asiakkaat kokevat Riihenajan päiväryhmätoiminnan merkityksen?
3. Miten Riihenajan asiakkaat olisivat kehittäneet päiväryhmätoimintaa?

Riihen aika Oy toimi opinnäytetyömme yhteistyökumppanina. Työelämän toimeksiantona oli selvittää ja tehdä näkyväksi päiväryhmätoiminnan asiakkaiden kokemuksia, näkemyksiä ja palvelun koettua merkitystä. Riihen aika toivoi aiheesta haastattelututkimusta. Riihenajan päiväryhmätoiminta on yksi sosiaalisen kuntoutuksen muoto. Valitsimme tämän opinnäytetutkimuksen aiheen, sillä olimme kiinnostuneita tutkimaan sosiaalista kuntoutusta mielenterveys-työssä. Sosiaalinen kuntoutus on mielestämme ajankohtainen ja tärkeä aihealue syrjäytymis-kehityksen, työelämästä syrjäytymisen ja mielenterveyskuntoutuksen näkökulmista. Sosiaalinen kuntoutus on myös ajankohtainen aihe sosiaalihuoltolain uudistuksen myötä, sillä se antoi sosiaaliselle kuntoutukselle virallisen määritelmän ja lakisääteisen aseman osana sosiaalipalveluiden kokonaisuutta. Lakimuutoksen myötä sosiaalisen kuntoutuksen paikan sosiaalipalvelujärjestelmässä odotetaan selkiytyvän ja sen myötä pyritään vastaamaan monenlaisiin uusiin tarpeisiin (Kuntoutusportti 2012).

Olimme tutustuneet syventävässä opinnoissamme Riihenajan palvelutoimintaan, mikä vaikutti omalta osaltansa yhteistyökumppanin valintaan. Halusimme myös toteuttaa opinnäytetyön laadullisen tutkimuksen keinoin asiakasnäkökulmasta. Tutkimusaihe oli hyvin tärkeä ja tarpeellinen, sillä vastaavaa tutkimusta Riihenajan päiväryhmätoiminnasta ei ollut aiemmin tehty. Toiminnasta ei oltu myöskään kerätty systemaattista palautetta asiakkailta. Aihevalintaa voidaan perustella myös sillä, että sosiaalista kuntoutusta ja mielenterveyskuntoutujien päivätoimintaa on tutkittu yleisestikin suhteellisen vähän. Kotona selviytymistä tukevien palveluiden kehittäminen on myös mielestämme tärkeää, ja pidämme päivätoimintaa tärkeänä palvelumuotona. Asiakasnäkökulman selvittäminen on myös tärkeää asiakaslähtöisten palveluiden ja toimintojen kehittämiseksi.

Opinnäytetutkimuksen tarkoituksena oli palvella työelämän kehittämistarpeita, sillä Riihenajan päiväryhmätoiminnan työntekijät olivat kokeneet tarvetta työkäytäntöjen uudistamiseen sekä työn ja toimintojen sisällölliseen kehittämiseen. Vantaan kaupungin kilpailutuksista johtuen Riihenajan mielenterveyskuntoutujien päiväryhmä lopetti kuitenkin toimintansa helmikuussa 2015. Tutkimussuunnitelmamme oli valmistumassa samaan aikaan kaupungin kilpailutusten

kanssa. Päiväryhmätoiminnan merkityksestä ja asiakkaiden kokemuksista haluttiin kuitenkin koottua palautetta Riihenajan muiden toimintojen ja mahdollisesti myös myöhemmin samantyyppisen palvelun tueksi (ks. liite 6. Riihenajan puoltolausunto). Tämän vuoksi päätimmekin pitäytyä alkuperäisessä tutkimussuunnitelmassamme. Mielestämme oli myös tärkeää, että päiväryhmätoiminnan asiakkaille annettiin mahdollisuus kuulluksi tulemiseen sekä päiväryhmään liittyvien kokemusten ja näkemysten pohtimiseen. Asiakkailta oli mahdollisuus arvioida toimintaa omalta kannaltaan ja haastattelutilanteessa oli mahdollista purkaa myös toiminnan päättymiseen liittyviä tunteita. Asiakkaat toivoivat päiväryhmätoiminnalle jatkoa, joten omien kokemusten esiin tuominen nähtiin tärkeänä.

Tutkimusasetelma ja teemahaastattelurunko perustuivat yhteistyökumppanin toiveisiin ja työelämäohjaajien antamaan tietoon päiväryhmätoiminnasta. Työelämän taholta toivottiin palautetta toimintasisällöistä, ohjauksesta sekä toimintaympäristöön liittyvistä tekijöistä. Kehittämistarvetta haluttiin alun perin selvittää myös asiakaskunnassa tapahtuneiden muutosten vuoksi. Työntekijät toivoivat palautetta siitä, miten toimintasisällöt vastaavat koko kohderyhmän tarpeita ja intressejä. Päiväryhmätoiminnan työntekijät olivat myös havainneet palveluun sitoutumiseen liittyviä ongelmia, joten yhteistyötaho toivoi meidän myös selvittävän niitä tekijöitä, jotka auttaisivat asiakkaita sitoutumaan ja motivoitumaan palveluun. Vaikka tuloksia ei tässä vaiheessa voida käyttää päivätoiminnan kehittämiseksi, toivomme, että tutkielmasta saatua tietoa voidaan hyödyntää mahdollisesti myöhemmin joko samantyyppisessä tai Riihenajan muissa toiminnoissa. Opinnäytetyön voidaan nähdä toimivan myös eräänlaisena toimintaa koskevana loppuarviointina.

6.2 Laadullisesta tutkimuksesta sosiaalitieteissä

Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään tavoittamaan tutkittavien henkilökohtaisia näkökulmia, jolloin tutkijan pyrkimyksenä on tutkittavan ilmiön säilyttäminen sellaisena kuin se luonnollisesti ilmenee. Laadullinen tutkimus on hyvin monimuotoista tutkimusta, joten sen toteutukseen ei liity niin vahvasti sidottuja ratkaisuja kuin tilastotieteellisessä tutkimuksessa. Laadullisessa tutkimuksessa voidaan hyödyntää erilaisia tutkimustapoja ja hyvin monenlaisia aineistoja. Koska tutkijalla on enemmän liikkumavaraa tutkimuksen suunnittelun ja toteutuksen suhteen, antaa laadullinen tutkimus siten myös enemmän tilaa tutkimukselliselle mielikuvitukselle. (Eskola & Suoranta 2003, 16, 20.)

Tutkimuskohde ja tutkimusongelma määrittelevät pitkälti tutkimusmenetelmän valintaa. Tutkimusmenetelmän soveltuvuutta on aina pohdittava tutkittavaan ongelmaan liittyvien kriteerien kautta. Tällaisina kriteereinä voidaan esimerkiksi pitää tutkimuksen tarkkuutta ja luotettavuutta. (Hirsjärven & Hurme, 2008, 28, 34.) Laadullista tutkimusta käytetään esimerkiksi silloin, kun kohdeilmiötä kuvailevia tai selittäviä teorioita ei tunneta (Kananen 2014, 16-17).

Valitsimme laadullisen tutkimusmenetelmän, sillä laadullinen tutkimustapa mahdollistaa kohdeilmiöiden syvällisen ja moniulotteisen tarkastelun (emt., 16-17). Toisin kuin määrällisessä tutkimuksessa, jossa tarkastellaan tapausten joukkoa, keskitytään laadullisessa tutkimuksessa yksittäisten havaintoyksiköiden perusteelliseen tutkimiseen. Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus on usein luonteeltaan kuvailevaa eli deskriptiivistä ja siinä kiinnitetään huomiota ihmisten kokemiin merkityksiin. (emt., 19.)

Sosiaaliseen todellisuuteen liittyvät ilmiöt ovat hyvin monitahoisia. Laadullista tutkimusta käytetään sosiaaliin ilmiöihin kohdentuvissa tutkimuksissa, sillä laadullisen tutkimuksen katsotaan tuottavan tieteellisesti määrällistä tutkimusta perustellumpaa tietoa näistä kompleksisista ilmiöistä. (Savolainen 2011, 158 [Uggerhøj 2006].) Layderin [1993] esittämän näkemyksen mukaan voidaan ajatella, että mitä lähemmässä yhteydessä toimitaan yksilön ja vuorovaikutuksen kanssa, sitä tärkeämpänä voidaan pitää kvalitatiivisten menetelmien käyttöä (ks. Hirsjärvi & Hurme 2008, 27). Laadullinen tutkimustapa soveltuu tähän opinnäytetutkielmaan, sillä kvalitatiivisten tutkimusmenetelmien perustana ovat kohdehenkilöiden subjektiiviset kokemukset ja havainnot, heidän yksilökohtaiset näkökulmansa ja erilaisille ilmiöille antamansa merkitykset (Hirsjärvi & Hurme 2008, 28).

Eskolan ja Suorannan (2003, 22) mukaan laadullisen tutkimuksen yhtenä perusominaisuutena voidaan pitää narratiivisuutta. Heidän mukaansa laadullisen tutkimuksen aineistonhankintametodit synnyttävät narratiivista eli kertomuksellista tai sellaisena luettavissa olevaa aineistoa. Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on kuvata todellista elämää luonnollisissa tilanteissa ja ympäristöissä. Laadulliset menetelmät keskittyvät sosiaalisen todellisuuden kuvaamiseen, jolloin laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on mahdollisimman kokonaisvaltaisen tiedon saaminen tutkittavasta aihealueesta. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 161, 164.)

Laadullisessa tutkimuksessa käytetään harkinnanvaraista otantaa. Harkinnanvarainen otanta perustuu tutkimusongelmaan ja se liittyy tutkijan kykyyn luoda tutkimukseensa aineistonhankintaa ohjaavia teoreettisia perusteita. Laadullisen tutkimuksen käsitteellistämässä pyritään kattavuuteen. Koska harkinnanvaraisessa otannassa näyte on suhteellisen pieni, edellytetään laadulliselta tutkimukselta aineiston perusteellista ja kokonaisvaltaista analysointia. (Eskola & Suoranta 2003, 18.)

Päiväryhmätoiminnan asiakkaiden kokemusten ja näkemysten kartoittaminen määrällisen tutkimuksen keinoin olisi tuottanut huomattavasti rajallisempia vastauksia. Kyselylomakkeella kerätty aineisto olisi voinut kuitenkin tuottaa selkeämmin yleistettävissä olevaa tietoa toiminnasta. Riittävän suuren otannan saaminen perusjoukosta olisi kuitenkin saattanut olla ongelmallista päiväryhmän sen hetkisessä tilanteessa. Laadullinen tutkimus soveltuukin opinnäytetyömme tutkimusotteeksi myös otoksen pienuuden takia.

Kuten edellä on jo esitetty, korostetaan laadullisen tutkimuksen menetelmissä tutkimushenkilöiden äänen kuulemistä ja heidän yksilöllisten näkökulmien huomioon ottamista (Hirsjärvi ym. 2010, 164). Tässä mielessä opinnäytetyömme paikantuu myös jossain määrin arviointitutkimukselliseen näkökulmaan, koska siinä pyritään nostamaan esiin palvelun käyttäjien kokemuksia, näkemyksiä ja koettuja merkityksiä saamastaan palvelusta. Näin työ edustaa arviointitutkimuksellisesti formatiivista näkökulmaa (ks. Yliruka 2000, 11).

6.3 Haastattelusta menetelmänä

Opinnäytetyömme on laadullinen haastattelututkimus. Haastattelu on systemaattinen tiedonkeruumenetelmä, jonka tavoitteena on tieteellisesti laadukkaan, luotettavuuden ja pätevyyden kriteerit täyttävän tiedon saaminen tutkimuskohteesta (Hirsjärvi ym. 2010, 207-208). Haastattelu on yleisin laadullisessa tutkimuksessa käytetty aineistonkeruumenetelmä, sillä se soveltuu joustavuutensa takia hyvin monenlaisiin tutkimustarkoituksiin (Hirsjärvi & Hurme 2008, 34; Kananen 2014, 70).

Haastattelu perustuu kielelliseen vuorovaikutukseen kohdehenkilön kanssa. Tämä mahdollistaa sen, että haastattelun tekijä voi haastattelutilanteessa ohjata ja kohdentaa tiedonhankintaansa tarkoituksenmukaisesti. Sosiaalisessa vuorovaikutustilanteessa havaitut ei-kielelliset vihjeet voivat myös auttaa täydentämään haastateltavan yksilöllistä kertomusta, jolloin asiakkaiden esiintuomia kokemuksia, henkilökohtaisia merkityksiä sekä taustalla piileviä motiiveja voidaan ymmärtää vielä laajemmin. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 34.)

Haastattelumenetelmissä korostetaan yksilöiden subjektiivutta ja aktiivista osallisuutta (Hirsjärvi & Hurme 2008, 35-36). Tutkimusaineiston tiedonkeruumenetelmäksi valitsimme haastattelun, sillä haastattelututkimusten tarkoituksena on tehdä näkyväksi haastateltavien subjektiivisia kokemuksia, käsityksiä, tunteita sekä ajatuksia (emt., 41, 48-49). Haastattelu tutkimusmenetelmänä antaa myös mahdollisuuden saadun tiedon syventämiseen ja selventämiseen sekä kohdehenkilöiden motivoimiseen. Haastattelumenetelmät soveltuvatkin hyvin tutkimuksiin, joiden aihealueet koskevat emotionaalisia aiheita ja elämäkokemuksia. (emt., 35-36.)

6.4 Teemahaastattelu

Valitsimme opinnäytetyössä käytettäväksi haastattelumenetelmäksi teemahaastattelun. Teemahaastattelu on kvalitatiivinen, sosiaalietieteissä yleisesti käytetty puolistrukturoitu haastattelumenetelmä (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47; Salmela 1997, 48). Se on vapaamuotoista syvähaastattelua strukturoidumpi menetelmä, sillä siinä haastattelu kohdennetaan tutkittavan aihealueen kannalta keskeisiin teemoihin. Teemahaastattelun rakenne ei kuitenkaan ole sa-

malla tapaa strukturoitu kuin lomakehaastattelussa, jossa edetään yksityiskohtaisten kysymysten kautta. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47-48.)

Teemahaastattelu on yleisin haastattelumenetelmä (Kananen 2014, 70). Teemahaastattelu on kuitenkin varsin haastava tiedonkeruumuoto, jota edeltää samanlainen asiaongelman ja tutkimusongelman pohdiskelu kuin kaikessa muussakin tutkimuksessa. Teemahaastattelussa käytetään teemoja, jotka ovat etukäteen tarkoin pohdittuja ja määriteltyjä. (Kurkela n.d. a.) Teema-alueet ovat tutkimusongelmista johdettuja keskeisiä aihealueita, joiden varassa tutkimushaastattelu etenee. Tutkimushaastattelun teemat eivät perustu valmiiksi määriteltyihin kysymyksiin, mutta teemat kuitenkin ohjaavat haastattelun kulun etenemistä. (Kananen 2014, 76.)

Teemat nostetaan esiin haastattelutilanteessa, kuitenkin teemojen käsittelyjärjestyksellä ei ole kaikissa tapauksissa ehdotonta merkitystä, vaan käsittelyjärjestyksen määrää keskustelun luonteva kulku. Joissain tapauksissa kuitenkin tutkimusongelma voi vaatia asioiden käsittelyn ennalta määrätystä järjestyksestä. Teemahaastattelu on siis dialogia, jolla on jokin edeltä käsin päätetty tarkoitus. Erityisen tärkeää teemahaastattelussa on se, että haastattelun rakenne pysyy haastattelijan hallinnassa. (Kurkela n.d. a.) Teemahaastattelussa edetään kuitenkin aina haastateltavan henkilön ehtojen mukaisesti (Kananen 2014, 76).

Teemahaastattelun hyöty on siinä, että kerättävä tieto koostuu aidosti haastateltavan henkilön kokemuksista käsin. Haastattelijan suunnittelemat vastausvaihtoehdot eivät rajaa kerättävää tietoa, mutta silti haastattelijan ennalta valitsemat teemat kytkevät aineiston käsillä olevaan tutkimusongelmaan. Vaarana teemahaastattelussa saattaa olla haastateltavan henkilön alkavan johdatella haastattelun kulkua liikaa. Tällöin luodun aineiston eri haastattelut eivät ole riittävän samanlaisia ja vertailukelpoisia keskenään teemarakenteensa puolesta, jolloin teemahaastatteluaineistosta tulee helposti hajanainen kokoelma ihmisten puhetta. Tämän jälkeen haastattelijan on vaikeaa jäsenellä tekstiä ja muodostaa siitä päätelmiä, jotka perustuisivat haastateltavien puheeseen ja kokemukseen, haastattelijan väkisin tekemän jäsentelyn sijaan. (Kurkela n.d. a.)

Haastatteluteemoja ei edellä mainitun mukaisesti käyty kaikissa tapauksissa läpi haastattelurungon mukaisessa järjestyksessä, jotta haastattelutilanne säilyisi mahdollisimman luonnollisena ja keskustelunomaisena. Meistä oli tärkeää, että haastateltaville annettaisiin riittävästi tilaa tuoda esiin myös haastattelurungon ulkopuolisia asioita, joita emme itse ole tulleet ajatelleeksi. Lähtökohtaisesti teemarakenne pyrittiin kuitenkin pitämään riittävän samankaltaisena aineiston vertailtavuuden vuoksi. Vaikka koimme teemahaastatteluiden kulun pysyneen hallinnassa, osoittautui teemarakenteen koossa pitäminen ja keskustelunomaisuuden säilyttäminen välillä haasteelliseksi.

Haastateltavien henkilöiden valintaan on kiinnitettävä erityistä huomiota teemahaastattelussa, ja tutkimussuunnitelmassa tulee erikseen kuvata ja perustella ne periaatteet, joiden mukaan haastateltavat henkilöt on valittu (Kurkela n.d. a). Haastateltavien valintaprosessi ei voinut kuitenkaan perustua selektiivisyyteen päiväryhmätoiminnan muuttuneen tilanteen vuoksi. Asiakkaiden rekrytoiminen haastatteluihin oli päiväryhmätoiminnan päättymisaikataulujen vuoksi hieman hankalaa ja riittävän aineiston saaminen vaati myös opinnäytetyön työelämäohjaajan osallistumista entisten päiväryhmän asiakkaiden tavoittamiseksi. Opinnäytetutkielman luotettavuuden kannalta oli tärkeää, että haastatteluihin osallistui myös henkilöitä, joiden sopimus päiväryhmätoimintaan oli päättynyt aiemmin. Liiallinen tai väärin perustein tehty valikointi voi mielestämme kuitenkin myös vaarantaa tutkielman luotettavuuden, joten pyrimme mahdollisuuksien mukaan välttämään tällaisten tilanteiden syntymistä.

6.5 Tutkimusaineiston analyysi

Ihmistieteissä pyritään ymmärtämään ja tulkitsemaan erilaisia merkityksiä. Vaikka ihmisten käsitykset todellisuudesta ovat subjektiivisia, liittyy ihmistieteiden tutkimukseen intersubjektiivisuuden oletus, eli oletus siitä, että kykenemme ymmärtämään asioita samoin kuin toiset ihmiset. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 18.) Ihmistieteissä tutkimus nähdään kuitenkin aina myös kontekstuaalisena, ja siksi yksilöllisten merkitysten ymmärtämisen kannalta tulee tutkimuksessa kiinnittää huomiota kohdehenkilöiden yksilökohtaisiin kontekstuaalisiin tekijöihin. Teemahaastattelu perustuu kieleen, merkityksiin ja tulkintaan ja sen voidaankin nähdä kuvastavan hyvin laadullisen tutkimuksen yleisiä lähtökohtia. (Hirsjärvi ym. 2010, 208; Hirsjärvi & Hurme 2008, 19.) Teemahaastattelussa keskeistä on haastateltavien henkilöiden ääneen kuuleminen ja menetelmässä keskitytäänkin haastateltavien subjektiivisiin määritelmiin ja yksilöllisiin tilanteiden tulkintoihin sekä niille annettuihin merkityssisältöihin (Hirsjärvi & Hurme 2008, 48).

Laadullisen aineiston analyysin tarkoituksena on tuoda aineistoon selkeyttä tiivistämällä sen tutkimusongelman kannalta keskeistä sisältöä helpommin hallittavammaksi ja teoreettisesti mielekkääksi kokonaisuudeksi. Aineiston analyysin tarkoituksena on siten uuden tiedon synnyttäminen kohdeilmiöstä luomalla siitä teoreettisesti kestäviä tulkintoja. (Eskola & Suoranta 2003, 137.) Laadulliseen tutkimukseen soveltuvia analyysitekniikoita ja työskentelymetodeja on paljon, mutta kuitenkin vain harvat laadulliset analyysitekniikat ovat standardoituja. Laadullisessa analyysissä ei ole olemassa yhtä ylivertaista menettelytapaa. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 136.)

Laadulliselle analyysille on myös tavanomaista analyysin kulkeminen aineistonkeruun, tulkinnan ja raportoinnin rinnalla. Laadullisen aineiston analyysi alkaa täten usein jo aineistonhan-

kintavaiheessa, jolloin tutkija pääsee havainnoimaan ilmiöön liittyviä ominaispiirteitä ja sen esiintymistä. Tutkimustilanteessa tehtyjen havaintojen pohjalta voidaan jo muodostaa alustavia tyypittelyjä tai mallien hahmotelmia, jolloin tutkijan on mahdollista kohdentaa aineistoa kehittämiensä mallien tai toimintahypoteesien suuntaan niiden varmistamiseksi. Yhtenä kvantitatiivisesta eli määrällisestä analyysistä erottavana tekijänä voidaan pitää myös sitä, että analyysi tapahtuu aineiston ja sen kontekstien äärellä, millä tarkoitetaan sitä, että tutkimusaineistoa käytetään ja se säilytetään usein jopa alkuperäisessä sanallisessa muodossaan. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 136.)

Laadulliselle analyysille ominaista on induktiivisen tai abduktiivisen päättelyn käyttäminen (Hirsjärvi & Hurme 2001, 136). Induktiivinen päättely on empirialähtöistä, ja siinä yksittäiset havainnot luovat pohjan yleisille tuloksille (Kananen 2014, 20; Hirsjärvi & Hurme 2008, 136). Toisin kuin tilastollisessa tutkimuksessa, laadullisessa tutkimuksessa ei usein aseteta tutkimushypoteeseja ennen aineistonkeruuvaihetta. Laadullisen tutkimuksen yhtenä ominaispiirteenä onkin pidetty hypoteesittomuutta, jolla tarkoitetaan tässä yhteydessä sitä, ettei tutkijalla ole vakaita, lukkoonlyötyjä ennako-oletuksia tutkimuksensa tuloksista. On kuitenkin syytä muistaa, että havaintomme pitävät luonnollisesti sisällään myös aikaisempia kokemuksiamme. Näiden kokemusten ei kuitenkaan tarvitse muodostua tutkimusta rajaaviksi. (Eskola & Suoranta 2003, 19.) Tutkimusaiheeseen liittyvät ennakkokäsitykset ja -oletukset ohjasivat kuitenkin luonnollisesti jonkun verran teorian hankintaa suunnitelmavaiheessa. Pyrimme reflektoimaan tutkimusta koskevia esioletuksiamme ja suhtautumaan niihin myös kriittisesti välttääksemme tietoisten esikäsitysten muodostumisen rajoitteiksi aineistonhankinnalle.

Tutkimusaihetta koskevien ennako-oletusten tiedostaminen ja niiden ottaminen huomioon tutkimuksen esioletuksina on tärkeää. Vaikka laadullisessa tutkimuksessa ei usein tavata asettaa varsinaisia tutkimuskohteeseen tai -tuloksiin liittyviä hypoteeseja, voidaan niin kutsuttujen työhypoteesien kehittäminen kuitenkin nähdä tutkimusprosessissa jopa suotavana. (Eskola & Suoranta 2003, 20.) Absoluuttisen aineistolähtöisyyden sijaan abduktiivinen päättelylogiikka nojautuukin empirialähtöisyyden ajatuksen lisäksi myös tutkijan valmiisiin teoreettisiin johtoeidoihin, joita pyritään vahvistamaan empirian kautta (Hirsjärvi & Hurme 2008, 136). Eskola ja Suoranta (2003, 20) toteavat Kaplanin (1964) näkemyksiä mukaillen, ettei tutkimusaineiston lähtökohtainen tehtävä kuitenkaan varsinaisesti liity hypoteesien todentamiseen, vaan hypoteesien keksimiseen, jolloin aineistonanalyysin tarkoituksena onkin löytää myös uudenlaisia ja yllättäviäkin näkökulmia tutkimusaiheeseen.

Laadullisen tutkimuksen tulkinnan ja ratkaisun etsiminen etenee vaiheittain. Aluksi tutkimusongelmaan liittyvää aineistoa kerätään erilaisilla tiedonkeruumenetelmillä kuten teemahaastattelu ja havainnointi, samalla pitäen silmällä tutkimusongelmaa. Tutkimusongelman operaationaalistamiseksi käytetään myös tutkimuskysymyksiä. Tämän jälkeen kerätty aineisto yh-

teismitallistetaan. Tällä tarkoitetaan eri aineistomuotojen saattamista yhteen muotoon, joka on yleensä tekstimuoto. (Kananen 2014, 99-100.)

Haastatteluin saatu aineisto puretaan usein kirjalliseen muotoon eli litteroidaan. Aineisto voidaan litteroida sanatarkasti koko haastatteludialogin osalta tai valikoivasti purkamalla tekstimuotoon vaikka vain haastattelun keskeinen aines teema-alueiden pohjalta. Kun kyseessä on suhteellisen pieni aineisto, voidaan päätelmiä ja aineiston koodausta tehdä myös suoraan tallennetun aineiston pohjalta, ilman sen muuttamista kirjalliseen muotoon. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 138.) Koodauksen ja analyysin tekeminen litteroidusta aineistosta on kuitenkin aloittelevalle tutkijalle helpompaa, joten päädyimme purkamaan teemahaastatteluaineistomme kokonaisuudessaan tietokoneelle.

Litterointia voidaan tehdä erilaisilla tarkkuustasoilla, joten aineiston puhtaaksikirjoittamista koskevia yleispäteviä sääntöjä ei ole. Valittu tutkimusote ja tutkimusmenetelmät vaikuttavat kuitenkin litteroinnin tarkkuuteen. Koska yksityiskohtainen litterointi on usein hyvin työlästä ja aikaa vievää, ei kuitenkaan liian tarkkaan litterointiin ole syytä ryhtyä, ellei se aineiston analyysin kannalta ole välttämätöntä. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 139-140.) Opinnäytetutkimuksen teemahaastatteluaineisto purettiin peruslitteroinnin tasolla. Peruslitterointia hyödynnetään yleensä silloin, kun analyysi kohdistuu ensisijaisesti puheen asiasisältöön (Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja 2014a), joten arvioimme sen tarkkuuden riittävän tämän kaltaiseen tutkimustarpeeseen.

Peruslitteroinnin tasolla haastatteludialogi litteroidaan sananmukaisesti, puhekielisiä ilmauksia käyttäen, kuitenkin niin, että puheessa ilmenevät täytesanat, toistot ja satunnaiset äännähdykset jätetään litteroimatta. Peruslitteroinnissa kontekstiin täysin kytkeytymätön puhe voidaan myös jättää harkinnanvaraisesti litteroimatta, mutta sen sijaan tärkeinä nähtyjä tunneilmauksia voi olla hyvä tuoda litteroinnin perustasollakin esiin. (Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja 2014a.) Sovelsimme tätä litterointitapaa niin, että aineiston purkuvaiheessa litteroimme haastattelutekstiin myös sisällön kannalta merkityksettämiä ilmauksia, kuten toistoa ja täytesanoja. Käytimme tuloksissa suoria lainauksia haastatteluista, joten aineistokatkelmien luettavuutta helpotettiin kuitenkin jättämällä pois tällaisia sisällön kannalta merkityksettämiä ilmaisuja. Muissa tapauksissa poistot ilmaistiin aineistokatkelmissa litterointimerkkien avulla (ks. liite 5. litterointimerkit). Haastatteluaineistoa purettaessa litteroimme siis myös kontekstiin sitoutumattoman puheen, sillä aineiston käsittelyvaiheessa voi olla vielä vaikea havaita aineistosta nousevia asiayhteyksiä ja merkityksiä. Merkityksellisinä pitämämme tunneilmaisut tuotiin vastaavasti esiin haastatteluaineistossa.

Haastatteluaineiston litteroinnin jälkeen saatua tekstimassaa tarkastellaan tutkimusongelman ja -kysymysten näkökulmasta. Tutkimuskysymykset ikään kuin esitetään saadulle aineistolle,

ja kysymysten pohjalta etsitään ne tekstikokonaisuudet, jotka liittyvät tutkittavaan ilmiöön. (Kananen 2014, 99-100.) Käytimme opinnäytetutkimuksen aineiston analyysissa haastattelurunkoon pohjautuvaa teemoittelua. Teemoittelussa laadullisesta aineistosta nostetaan esiin tutkimusongelman kannalta keskeisiä teema-alueita (Eskola & Suoranta 2003, 174). Koska aineistonkeruumenetelmämme oli teemahaastattelu, oli aineiston jäsentäminen teemarungon mukaisesti kaikkein luontevin vaihtoehto.

Teemoittelimme litteroidut tekstit kolmen yläteeman ja niiden alateemojen mukaan, jonka jälkeen analysoimme teemoitellut tekstit (ks. liite 3. teemahaastattelurunko). Litteroitu haastatteluaineisto teemoiteltiin teemakortistoon käyttäen apuna värikoodausta. Saatu haastatteluaineisto värikoodattiin ensin haastattelun pääteemojen mukaisesti. Kaikki pääteemaan vastaava haastatteluaineisto korostettiin kyseistä teemaa tarkoittavalla värillä. Tämän jälkeen aineisto järjestettiin pääteemoittain teemakortistoon värikoodin mukaisesti. Pääteemojen mukainen haastatteluaineisto värikoodattiin edelleen alateemojen mukaisesti kyseistä alateemaa vastaavalla värillä, jonka jälkeen aineisto järjestettiin alateemojen mukaisesti teemakortistoon. Teemoiteltua aineistoa jäsenneltiin ensin vastauskohtaisesti tiivistämällä haastattelujen keskeistä sisältöä, jotta aineiston hahmottaminen kaikkien vastaajien tasolla olisi helpompaa.

Teemat voidaan esittää kokoelmina vastaajien teema-aihetta koskevia sitaatteja. Empiria tarvitsee kuitenkin aina tuekseen teoriaa. Teemoittelun tulee perustua teorian ja empirian vuorovaikutukseen, sillä pelkän teemoittain järjestetyn haastatteluaineiston perusteella ei vielä kyetä tekemään kovin syvälleikäviä analyyskejä ja johtopäätöksiä tutkimusaiheesta. (Eskola & Suoranta 2003, 174-175.)

Käytimme analyysin tukena aineistositaatteja. Opinnäytetyössä päädyttiin käyttämään runsaasti aineistokatkelmia, sillä halusimme edistää objektiivisuutta tuomalla asiakkaiden ääntä aidosti kuuluviin. Analyysiin perustuen tarkastelimme haastattelun tuloksia, joista teimme johtopäätökset. Saatuja tuloksia tarkastellaan teorian ja aiemman tutkimustiedon valossa luvussa 9, jossa kootaan opinnäytetyön keskeiset johtopäätökset.

6.6 Tutkimusaineisto ja haastattelujen toteutus

Opinnäytetyössä haastattelimme Riihenajan päiväryhmätoiminnan asiakkaita. Opinnäytetyömme haastattelut tapahtuivat yksilöhaastatteluina Riihenajan päiväryhmätoiminnan toimitaloissa. Haastatteluiden järjestäminen olisi ollut mahdollista myös muunlaisessa toimintaympäristössä asiakkaan niin toivoessa. Vantaan kaupungin kilpailutuksista johtuen kyseinen päiväryhmä lopetti toimintansa helmikuun 2015 lopussa. Tämän vuoksi haastatteluun osallistui myös asiakkaita, joiden sopimus päiväryhmätoiminnassa oli jo päättynyt.

Osallistuimme opinnäytetyön suunnitelmaseminaariin 17. joulukuuta 2014. Opinnäytetyötä koskeva tutkimuslupahakemus jätettiin Vantaan kaupungille tammikuun alussa 2015. Saimme tutkimusluvan Vantaan kaupungilta 28.1.2015 (ks. liite 7. tutkimuslupa). Tutkimusluvan varmistuttua kävimme esittäytymässä päiväryhmässä ennen haastatteluja. Kerroimme opinnäytetyömme aiheesta, toteutustavoista ja eettisistä periaatteista asiakkaille ja ohjaajille sekä jaoimme saatekirjeitä (ks. liite 1. saatekirje) opinnäytetyöhömmen liittyen. Asiakashaastattelut (ks. liite 3. teemahaastattelurunko) oli järjestettävä melko tiiviissä aikataulussa toiminnan päättymisestä johtuen. Toteutimme haastattelut luvan saatuaamme neljässä erässä tammikuun lopun ja helmikuun 2015 aikana. Yhteensä kahdeksan henkilöä osallistui haastatteluihin, ja haastatteluissa oli mukana eri-ikäisiä miehiä ja naisia. Olimme hyvin tyytyväisiä tähän otantaan huomioon ottaen päiväryhmätoiminnan muuttuneen tilanteen.

Alun perin tarkoituksena oli, että haastateltavat olisivat olleet suoraan meihin yhteydessä haastatteluun ilmoittautuessa. Koska päiväryhmätoiminta oli kuitenkin päättymässä, koimme parhaaksi, että haastateltavat ilmoittautuisivat suoraan ohjaajalle. Tämä myös senkin takia, että haastatteluun osallistui mukaan asiakkaita, joiden sopimukset päiväryhmätoiminnassa olivat jo päättyneet. Päiväryhmätoiminnan ohjaaja oli yhteydessä jo lopettaneisiin asiakkaisiin, joista osa suostui mukaan haastatteluun. Koska asiakkaita ei tällöin valittu täysin satunnaisesti mukaan haastatteluun, toi se mukanaan lisää pohdintaa aineiston eettisyydestä ja luotettavuudesta.

Haastattelun yhteydessä annoimme asiakkaille saatekirjeen luettavaksi (ks. liite 1. saatekirje), jossa kerroimme opinnäytetyöhön liittyvät pääkohdat. Saatekirjeessä kuvattiin muun muassa opinnäytetyön tarkoitusta ja toteutustapaa sekä informoitiin tutkimuksen vapaaehtoisuudesta, aineiston käyttötarkoituksesta ja salassapitoon liittyvistä asioista. Asiakkaat antoivat suostumuksensa haastatteluun myös kirjallisesti allekirjoittamalla suostumuslomakkeen (ks. liite 2. suostumuslomake) ennen haastattelun alkua. Haastattelut tapahtuivat yksilöhaastatteluina, joissa toimimme kumpikin haastattelijoina. Päädyimme yksilöhaastatteluihin, jotta haastateltavien vastaukset olisivat mahdollisimman luottamuksellisia. Koimme myös, että se toisi haastatteluun osallistumiselle mahdollisimman matalan kynnyksen.

Haastattelut nauhoitettiin haastateltavan asiakkaan suostumuksella. Seitsemän haastattelua nauhoitettiin digitaalisella sanelimella ja yksi haastattelu kannettavalla tietokoneella, sillä sanelinta ei ollut haastatteluajankohtana saatavilla. Kahden haastattelun nauhoittamiseen liittyi hieman ongelmia. Toista haastattelua häiritsivät ulkoiset taustäänät, jonka vuoksi puheen erottaminen oli nauhalta paikoitellen vaikeaa. Toinen näistä haastatteluista jouduttiin nauhoittamaan tietokoneella ja nauhoitusvälineestä johtuen puhe ei kuulunut paikoitain kovin selkeänä nauhall.

Haastattelujen tukena käytimme teemahaastattelurunkoa, jossa oli kolme yläteemaa. Haastattelun pääteemat olivat 1. asiakkaiden yleiset kokemukset päiväryhmätoiminnasta, 2. päiväryhmätoiminnan merkitys ja 3. päiväryhmätoiminnan kehittäminen. Teemahaastattelujen kesto määräytyi yksilökohtaisesti haastateltavan mukaan. Olimme kuitenkin arvioineet haastattelujen kestoksi 30-45 minuuttia haastateltavaa asiakasta kohden. Haastattelujen kesto vaihteli 24 minuutista 47 minuuttiin, joten haastattelut vastasivat varsin hyvin arvioitua kesto-aikaa. Haastattelujen jälkeen litteroimme haastattelut soveltaen peruslitterointia (ks. s. 41-42). Litteroinnissa käytettiin apuna puheen transkriptoimista helpottavaa SScraper - tietokoneohjelmaa. Litteroitua tekstiä tuli Trebuchet MS-fontilla fonttikoolla 10 yhteensä 134 A4-sivua.

6.7 Haastattelun teema-alueet

Teemahaastattelun rungon muodostavat teemat perustuivat laadittuihin tutkimuskysymyksiin. Teemarakenne rakentuu siis kolmen laajemman teema-alueen ympärille, joita syvennettiin useiden alateemojen kautta. Eri alateemoja olisi voitu jäsennellä myös eri tavoin eri kategorioiden alle. Osassa teema-alueissa on myös jonkun verran päällekkäisyyttä. Teemahaastattelurunko on esitetty myös opinnäytetyön liitteissä (liite 3. teemahaastattelurunko) Tässä kuitenkin avaamme sitä hieman tarkemmin tuomalla ilmi, minkälaisia asioita teemojen kautta yritettiin selvittää.

Ensimmäinen teema-alue koski asiakkaiden päiväryhmätoimintaan liittyviä yleisiä kokemuksia. Kyseistä teemaa lähestyttiin viiden alateeman kautta. Ensimmäisessä alateemassa selvitettiin, minkälaisia tuntemuksia ja ajatuksia päiväryhmätoiminnassa aloittaminen oli haastateltavissa herättänyt. Halusimme myös selvittää haastateltavien kokemuksia saadusta vastaanotosta ja aloittamisvaiheeseen liittyvästä tuesta. Toisen alateeman tarkoituksena oli sen sijaan kartoittaa päiväryhmätoiminnassa käymiseen liittyviä yleisiä kokemuksia, kuten sitä, onko päiväryhmätoimintaan ollut helppo lähteä, ja minkälaisia tuntemuksia päiväryhmätoiminnassa käyminen asiakkaissa herätti.

Kolmas alateema liittyi siihen, miten asiakkaat kokivat päiväryhmän toimintasisällön. Halusimme ensinnäkin selvittää, minkälaista toimintaa päiväryhmätoimintaan kuului. Selvitimme myös, minkälaiseen toimintaan haastateltavat olivat usein osallistuneet, minkälainen toiminta oli ollut haastateltavalle mieluisinta tai ehkä vähemmän mieluista. Ryhmäaktiviteettien lisäksi tässä alateemassa haluttiin kartoittaa myös henkilökohtaista neuvontaa toiminnan osana. Neljännessä alateemassa selvitettiin sitä, miten asiakkaat kuvailivat ohjaajien roolia ja toimintaa päiväryhmässä. Olimme kiinnostuneita myös ohjaajien riittävyyteen, tuen määrään ja

laatuun liittyvistä kysymyksistä. Viidennessä alateemassa puolestaan selvitettiin asiakkaiden toimintaympäristöön ja ilmapiiriin liittyviä kokemuksia.

Haastattelun toisessa pääteemassa tutkittiin päiväryhmätoiminnan merkitystä. Toiminnan merkitystä kartoittavaa teema-aluetta tarkasteltiin viiden alateeman kautta. Ensimmäisen alateeman avulla oli tarkoitus kartoittaa asiakkaan omia toimintaan kohdistuneita odotuksia ja niiden täyttymistä toiminnassa. Toinen alateema liittyi sen sijaan asiakkaan henkilökohtaisiin tarpeisiin ja toiminnan tavoitteisiin, jolloin tarkoituksena oli vastaavasti myös selvittää, miten päiväryhmätoiminnan kautta on pystytty näihin vastaamaan. Asiakkaiden sitoutumista ja osallistumista päiväryhmätoimintaan selvitettiin kolmannessa alateemassa. Tässä yhteydessä halusimme myös selvittää, minkälaiset tekijät olivat vaikuttaneet asiakkaiden sitoutumiseen ja osallistumiseen.

Päiväryhmätoiminnan merkitystä ja hyödyllisyyttä tutkittiin neljännessä alateemassa. Tarkoituksena oli selvittää, millaista hyötyä päiväryhmätoimintaan osallistumisesta oli ollut asiakkaille, miten saatu hyöty oli ilmentynyt asiakkaan arjessa sekä mitkä asiat olivat vaikuttaneet toiminnasta saatavaan hyötyyn. Asiakkailta tiedusteltiin myös, miten toiminta on ollut yhteydessä kuntoutumiseen. Haastattelussa saatettiin kysyä myös asiakkaan ajatuksia siitä, miten päiväryhmätoiminnan päättyminen tulee mahdollisesti vaikuttamaan heidän arkeensa. Viidennessä alateemassa keskityttiin vertaisuuden ja ryhmämuotoisen toiminnan merkitykseen. Karitoitimme, minkälaista tukea haastateltavat olivat saaneet muilta ryhmäläisiltä ja minkälainen merkitys ryhmällä ja vertaisuudella oli yleensäkin ollut haastateltaville.

Haastattelun kolmas teema-alue liittyi päiväryhmätoiminnan kehittämiseen ja siihen sisältyi neljä alateemaa. Halusimme tarkastella kehittämistä omana teema-alueena, vaikka luonnollisesti asiakkaat olivat tuoneet kehittämistarpeita esiin myös muiden teemojen yhteydessä. Ensimmäinen alateema selvitti sitä, miten päiväryhmätoiminnan asiakkaat kokivat omat vaikuttamismahdollisuutensa palvelussa. Toisen alateeman avulla kartoitettiin sitä, miten asiakkaat kehittäisivät palvelun toimintasisältöä, kuten päiväohjelmaa. Kolmas ja neljäs alateema liittyivät niin ikään toimintakäytäntöjen ja asiakastyön kehittämiseen.

7 Opinnäytetyön tulokset

Tässä luvussa esittelemme opinnäytetyön keskeisiä tuloksia. Opinnäytetutkielman tutkimuskysymyksistä johdettiin kolme teema-aluetta, jotka muodostivat teemahaastattelurungon perustan. Haastattelurungon teema-alueet jaoteltiin vielä alateemoihin aineistonkeruun ja aineiston jäsentämisen helpottamiseksi. Opinnäytetutkielman tulokset oli ensin tarkoitus esittää haastatteluteemojen mukaan luokiteltuina. Asiakashaastatteluiden teema-alueissa ilmeni kuitenkin jonkin verran päällekkäisyyttä. Haastatteluteemat toivatkin sen verran päällekkäisiä

vastauksia, että useat haastatteluiden aineistositaatit olisi voitu esittää useamman teeman alla. Tämän vuoksi emme tule esittämään tuloksia haastattelurungon mukaisessa järjestyksessä, vaan luvun selkeyttämiseksi päädyimme järjestelemään aineistoa uudelleen. Jaottelimme teemojen mukaisen tutkimusaineiston tulososiossa viideksi suuremmaksi alueeksi, joita ovat 1) kokemukset päiväryhmätoiminnan aloittamisesta, 2) päiväryhmätoimintaan sitoutuminen ja osallistuminen, 3) päiväryhmätoiminnan sisältöön liittyvät kokemukset, 4) kokemukset päiväryhmätoiminnan merkityksestä ja hyödyllisyydestä ja 5) päiväryhmätoiminnan päättymiseen liittyvät kokemukset.

7.1 Haastateltavien taustatiedot

Keräsimme haastatteluun suostumuksensa antaneilta asiakkailta vain opinnäytetutkielman kannalta välttämättömät taustatiedot. Osallistujien taustatietoina kartoitettiin sukupuoli, syntymävuosi, aiemmat kokemukset vastaavanlaisesta päiväryhmätoiminnasta sekä Riihenajan päiväryhmätoiminnan asiakkuuden kesto ja intensiteetti. Aineiston edustavuuden takia toivomme, että haastatteluun osallistuisi eri ikäryhmiin kuuluvia asiakkaita. Haastateltavat asiakkaat olivatkin hyvin eri-ikäisiä, joten tunnistettavuuden välttämiseksi emme tuo ilmi haastateltavien iän vaihteluväliä. Haastateltavien keski-ikä oli kuitenkin 47 vuotta, joka vastasi melko hyvin ohjaajien antamaa arviota päiväryhmäläisten keskimääräisestä iästä.

Osa haastateltavista asiakkaista kertoi käyneensä päiväryhmätoiminnassa epäsäännöllisesti. Tähän saattoi vaikuttaa esimerkiksi asiakkaan terveydentila. Kovin tarkkaa arviota ei voida toiminnan intensiteetistä esittää saatujen vastausten perusteella, mutta keskimääräinen arvio olisi kuitenkin noin kolme kertaa viikossa. Halusimme myös ottaa haastatteluihin mukaan asiakkaita, joiden asiakkuuden kestot vaihtelivat, sillä koimme, että tämä antaisi monipuolisemman kuvauksen asiakkaiden päiväryhmätoimintaan liittyvistä kokemuksista. Koska opinnäytetyössämme selvitettiin asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia palveluun liittyen, oli taroituksenamme kuitenkin keskittyä ensisijaisesti jo pidempään palvelussa mukana olleisiin asiakkaisiin. Käytännössä valintaa asiakkaiden kesken ei kuitenkaan voitu tehdä. Päiväryhmätoiminnan tilanteen vuoksi haastatteluun ei kuitenkaan osallistunut asiakkuuden alkuvaiheessa olevia asiakkaita. Haastatteluaineistoa kertyi joka tapauksessa varsin hyvin opinnäytetutkielmaamme ajatellen. Myös asiakkuuden kesto kuten intensiteettikin vaihteli haastatelluilla asiakkailla. Haastateltavien keskimääräinen asiakkuuden kesto Riihenajan päiväryhmätoiminnassa oli noin vuosi, mutta haastatteluun osallistuneiden asiakkaiden lyhimmän ja pisimmän asiakassuhteen välinen ero oli melko suuri.

7.2 Kokemukset päiväryhmätoiminnan aloittamisesta

Tässä luvussa käsittelemme päiväryhmätoiminnan aloittamiseen liittyviä kokemuksia. Osalle haastateltavista päiväryhmätoiminnan aloituksesta oli jo kulunut aikaa, mutta haastateltavat kertoivat silti avoimesti aloitukseen liittyvistä kokemuksistaan, ja aloitukseen liittyvät tunteet olivat haastateltavilla vielä tuoreessa muistissa. Luvun ensimmäisessä osassa tarkastelemme asiakkaiden omia odotuksia päiväryhmätoimintaan liittyen sekä aloituksessa koettua vastaanottoa. Tämän jälkeen esittelemme asiakkaiden päiväryhmätoiminnalle asetettuja omia tarpeita ja tavoitteita.

7.2.1 Asiakkaiden odotukset ja saatu vastaanotto

Haastatteluiden alussa kysyimme haastateltavilta heidän ajatuksiaan ja kokemuksiaan päiväryhmätoiminnan alkutaipaleelta. Asiakkaat olivat käyneet tutustumassa päiväryhmään ennen siinä aloittamista. Pääsääntöisesti haastateltavien tieto päiväryhmätoiminnan sisällöstä oli ollut ennen toimintaan tutustumista vähäistä. Yksi haastateltavista kertoi, että oli aiemmin osallistunut melko samantyyppiseen toimintaan, mutta muilla haastateltavilla ei ollut aiempaa kokemusta päiväryhmätoiminnasta.

”No mä en kyl tienny siin alkuvaihees yhtään, koska mä en ollu aikasemmin ollu missään vastaavassa. Oli kyllä uutta.”

Suuri osa haastateltavista ei niin ikään tiennyt vielä päiväryhmätoimintaa aloittaessa, mitä odottaa toiminnalta.

”En mä muistaakseni miettiny. Ei tainnu hirveesti olla mitään odotuksia suuntaan tai toiseen.”

Muut haastatellut asiakkaat toivat esiin päivärytmiin ja arjen rutiineihin sekä mielekkääseen sisältöön, henkilökohtaiseen ohjaukseen ja sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyviä odotuksia.

”Siis mä ajattelin ihan vaan sillä lailla, että mä saan päiväsaikaan jotain tekemistä. Et sitä mä odotin vaan lähinnä, että oishan tos ollu muitakin mahdollisuuksia mulla, mut sit mä valitsin tämän näin.”

”No just se, että mä lähden sieltä kotoo pois. Ja tulis semmonen päivärytmi.”

”-- ne mun odotukset oli sillon alun perin, oli just se, että mä nousen ylös ja mulla on päivässä jotain muuta tekemistä. Ja nimenomaan sellasta tekemistä, joka tukee mun kuntoutumistani.”

”Mä varmaan ajattelin vaan, että pystyis nyt edes jonku kans juttelee ja jotain [--] Se oli just niinku toi, et itseluottamus, ku oli niin nollassa, niin mä aattelin kujan vaa jotenki pärjää. Et ei mul ollu kovin pitkälle ajateltuna --”

Päiväryhmätoiminnan aloittamiseen oli haastateltavilla liittynyt varsin positiivisia ajatuksia, ja vaikka osalla ei aloittamiseen liittynytkään varsinaisia odotuksia, oli päiväryhmätoiminnassa aloittaminen herättänyt kiinnostusta. Aloittamiseen suhtauduttiin siis varsin avoimesti ja haastateltavat olivat kiinnostuneita kokeilemaan toimintaa.

”Mä en oikeestaan osannu odottaa mitään, et mä alotin vähän niinkun avoimin mielin, että katson, et mitä on tulossa. [--] Mä olin ihan kiinnostunu siitä, että mitä on tällainen päivätoiminta.”

”No, kyl mä olin ainakin kovasti kiinnostunu tosta aloittamisesta. Että kyl mä tulin siis sillä mielin, että kun mä olin kotosalla ollu ja sitten sieltä ei oikein päässyt mihinkään, että ei osannut lähteä mihinkään, nii se oli tosi kiva tulla sit täällä käymään, et on jotain tekemistä ja näkee vähän muitakin ihmisiä sitten. Että kyl se mun mielestä tuntu hyvältä sillon.”

”Tosi innokkaasti odotin kyllä -- Ensinnäkin just tää toiminta. Se oli niin monipuolista, niin tuli semmonen, että ihanaa. Ja sitten se, että kun täällä ei hoideta sairautta. Vaan just sitä, että sä tuut tänne, lähet sieltä kotoa pois ja sitten saa osallistua siihen toimintaan, mihin haluaa.”

Riihenajan päiväryhmätoiminta oli erottautunut edukseen ilmapiiriin, luottamusta herättävien ohjaajien, monipuolisen toimintasisällön ja Riihenajan monipuolisen palveluvalikoiman perusteella. Positiivisena asiana nähtiin esimerkiksi mahdollisuus Riihenajan tarjoamaan ammatilliseen tukihenkilötoimintaan. Riihenajan ammatillinen tukihenkilötoiminta ja päiväryhmätoiminta saattoivat olla rinnakkaisia ja toisiaan täydentäviä palveluja. Useilla haastattelemlamme henkilöillä oli kokemusta myös tukihenkilöpalvelusta, jonka nähtiin yksilöllisenä palvelumuotona toimivan hyvin päiväryhmätoiminnan ryhmämuotoisen tuen rinnalla. Asiakkaiden näkemysten mukaan päiväryhmätoiminta yhdessä tukihenkilötoiminnan kanssa antoikin kokonaisvaltaista tukea omaan elämäntilanteeseen.

Ryhmäläisten vastaanotto päiväryhmätoimintaa aloittaessa oli ollut suhteellisen positiivinen. Eräs haastateltava kuvasi päiväryhmässä saamaansa vastaanottoa näin:

”Kyllä otti tosi positiivisesti vastaan, et kyl täällä on semmonen ilmapiiri, että tääl tervehditään reippaasti ja sitten ollaan jutuissa sen mukaan; jokainen kertoo itestään, mitä haluaa. Ei siinä minkään näkösiä vaikeuksia ollu, että ei tuntenu itteensä sillee, et ois ollu millään tavalla syrjässä, kun tänne vaikka ensi kertaa tulee.”

Toiset haastateltavista kokivat vastaanoton kuitenkin positiivisempana kuin toiset, ja yhden haastateltavan mukaan vastaanotto oli enemmänkin neutraali.

”Ei siinä mitään, mut siis se oli vaan silleen, että moikattiin aamulla -- En mäkään osannu sitten siel sanoo yhtään mitään. Eikä mullekaan oikeestaan puhuttu paljon, et silleen meni jonkun aikaa. Et se oli tietysti se vaikein juuri se alku ennen, kun nyt sit vähän tottu tähän, minkälaista tää on.”

Haastattelujen perusteella suvaitsevaisuus ja syrjimättömyys olivat ryhmän tärkeitä periaatteita. Vain hyvin pieni osa asiakkaista kertoi kokeneensa ulkopuolisuutta ryhmässä, ja valtaosa haastateltavista kokikin päässeensä hyvin ja suhteellisen nopeasti osaksi ryhmää.

”Mut otettiin hyvin vastaan. Mä sopeuduin tähän ryhmään mielestäni nopeasti ja erittäin hyvin.”

Toisaalta ryhmään sopeutuminen ja siihen kiinnittyminen saattaa myös viedä paljon aikaa. Koska toisinaan ihmisten kohtaaminen jo arkipäiväisissä asioissa saattoi tuntua vaikealta, aiheutti uusien ihmisten tapaaminen ja ryhmätilanteissa toimiminen joillekin asiakkuuden alkuvaiheessa voimakasta jännitystä ja ahdistusta.

”Siis mä olin ihan kauhusta kankeena, kato ku ei tuntenu ketään. [--] Se kesti hirveen pitkään ennen ku sitten muittenkin kanssa alko jonkun sanan vaihtaa, et se ei ollu ihan helppoo. [--] Tohon kestää kyl tosi kauan ennen ku pääsee tohon ryhmään.”

Työntekijöiden vastaanotto koettiin hyvänä kaikkien haastateltavien kertomana ja ohjaajat saivat paljon tunnustusta päiväryhmätoiminnan asiakkailta. Kaikki haastateltavat kokivat saaneensa ohjaajilta riittävästi tukea toimintaa aloittaessa. Osalla päiväryhmän asiakkaista oli samanaikaisesti myös Riihenajan tukihenkilö, joka antoi myös tukea päiväryhmätoiminnan aloitukseen. Haastatteluista kävi selkeästi ilmi, että päiväryhmätoiminnan ohjaajien tuki ja myönteinen vuorovaikutus myös ryhmäisten tahoilta auttoi kiinnittymään toimintaryhmään.

”No työntekijät otti ihan hyvin vastaan. Ja kyllä nää muutkin ryhmäläiset.”

”Työntekijät otti tosi positiivisesti vastaan, että ne kerto heti tästä toiminnasta ja ohjelmasta, mitä on ja minkä mukaan nyt sitten mennään tietysti.”

Ohjaajien rooli oli usein keskeinen uuden asiakkaan tullessa ryhmään, ja haastattelut osoittivat, että ensimmäisillä kohtaamistilanteilla oli suuri merkitys ryhmään kiinnittymisen kannalta.

”Varsinkin siitä kiitos [ohjaaja:lle] justiin, että ilman häntä, ni mä tuskin oisin muuten jäänykkään tähän. Että mul ei oo yhtään huonoo sanottavaa näist kahesta muustakaan, mut siis siin on vaan — Heti mä näin sillon, ku mä kävin ensimmäisen kerran vaan haastattelussa, että tälle ihmiselle voi sitten puhua.”

Haastateltavien puheesta välittyi myös selkeästi ohjaajien välittömyys ja helppo lähestyttävyyys, minkä ansiosta luottamuksellisen asiakassuhteen muodostaminen oli helppoa jo hyvin aikaisessa vaiheessa asiakkuutta.

”Kyl must ihan alust asti tuntu, että voin jutella ihan kahenki kesken, jos tulee joku sellane asia. Ja niin teinki aika useesti.”

Useissa haastatteluissa korostettiin ohjaajien oikeanlaisen lähestymistavan ja yksilöllisen huomioimisen tärkeyttä ryhmää aloittaessa. Esimerkiksi nimen muistaminen oli tärkeäksi koettu asia, joka saattoi vaikuttaa suuresti kokemukseen siitä, miten tulee yksilöllisesti kohdattuksi. Päiväryhmässä saatua vastaanottoa verrattiin myös kunnallisissa palveluissa saatuun vastaanottoon. Vastauksissa nostettiin esiin kokemuksia siitä, ettei kunnallisella puolella oltu aina saatu riittävän yksilöllistä kohtelua. Suurten asiakasmäärien vuoksi asiakas saattoi jäädä kunnallisissa palveluissa ikään kuin numeroksi muiden joukossa.

”No ihan mukavasti otettiin vastaan ja se tuntukin hyvältä verrattuna esimerkiksi näihin kunnallisiin palveluihin, että joku työntekijä muisti heti, mikä mun nimi on. Sil on hirveen suuri merkitys. Kun sitten taas tuolla kunnallisella puolella, niin heillä on niin hirveesti asiakkaita, et ei he muista. Siinä jää vähän semmoseks numeroks. Mut et täällä jokainen on ollu oma yksilönsä.”

”Et kyllä mä oon saanu asiallista kohtelua. Että jos esimerkiksi sosiaaliviranomaset kohtelis mua yhtä asiallisesti, ku täällä, ni mun asiat olis paljon paremmin.”

7.2.2 Asiakkaiden omat tarpeet ja tavoitteet

Haastatteluissa haluttiin selvittää, millaisia tavoitteita ja yksilöllisiä tarpeita päiväryhmätöimintaan liittyi. Haastateltavien vastaukset olivat melko yhteneväisiä omien päiväryhmätöimintaan liittyvien odotusten kanssa. Asiakkaiden useimmin mainitsemat perusteet päivätoimintaan hakeutumiselle olivat aktiivisuuden ja normaalin elämänrytmin sekä sosiaalisen toiminnan ylläpito ja lisääminen. Haastatteluiden perusteella voidaan siten nähdä, että päiväryhmätöiminnan tarve ja tavoitteet liittyivät haastateltavilla pääasiassa toimintakyvyn ja elämänhallinnan ylläpitämiseen ja edistämiseen sekä sosiaaliseen toimintaan.

Yhteistä haastateltavien kuvauksille oli vaikeus ylläpitää säännöllistä elämänrytmiä, ja lähes kaikissa haastatteluissa ilmenikin säännölliseen päivä- ja elämänrytmiin liittyviä tarpeita ja tavoitteita. Tätä vastaavasti lähes kaikki haastateltavat ilmaisivat kaipaavansa lisää mielekästä tai tavoitteellista sisältöä arkeen. Haastattelemamme kuntoutujat olivat motivoituneita kuntoutukseen ja saamaan oman elämänsä järjestykseen. Haastateltavien antamien vastausten perusteella vaikutti kuitenkin siltä, että monien kuntoutujien elämää jäsentäneet vähäiset sosiaaliset kontaktit sekä mielekkään ja päivärytmiä tukevan toiminnan puute olivat tehneet rutiinien ja arjen rakenteiden ylläpitämisestä hankalaa. Tämän vuoksi elämänrytmin vaikuttaminen oli lähes kaikille haastatelluille keskeinen tavoite.

”Mulla alkuperäinen ajatus, miksi mä hain tänne, oli se, että mä saisin päiviini tavallaan jonkinlaista erilaista sisältöä. Et mä lähtisin. Koska mun sairauteni kannalta on, tai siis mun toipumisen kannalta on tärkeätä, että käyn ulkona, käyn tapaamassa uusia ihmisiä. Että siis mä tavallaan sain sen, mitä mä tulinkin hakemaan, eli vaihtelua arkeen. Se oli se syy. Ja se mun mielestä nyt on jossain määrin onnistunu.”

Useat kuntoutuja kuvailivat myös oman elämänpiirin kaventumista ja rajoittumista oman kodin seinien sisälle. Tämän vuoksi jo yksinkertaisesti kotoa pois pääseminen oli tärkeää.

”Mulla sen takii oli tää, et pääsee pois sieltä kotoota. Koska mä kuitenkin istun siellä kotona koko ajan, ni tää se nyt oli, ku tulin tänne, ni pääsin tutustumaan ihmisiin ja pääsin pois kotoota.”

Sosiaaliseen toimintaan osallistuminen ennen päiväryhmää oli saattanut olla haastateltavilla vähäistä. Kaikilla ei välttämättä myöskään ollut voimavaroja sosiaalisten suhteiden ylläpitämiseksi ja ihmisten kohtaamiseksi. Valtaosa haastateltavista nostikin esiin sosiaalisuuteen ja sosiaaliseen elämään liittyviä tarpeita ja tavoitteita. Tarpeet ja tavoitteet saattoivat liittyä vuorovaikutukseen ja uusien ihmisten tapaamiseen tai sosiaalisen toimintakyvyn parantumiseen.

” -- mä olin aika huonokuntoinen siihen aikaan, et -- kaikki tämmönen sosiaalinen kanssakäyminen, niin se oli hirveen huono. [--] No oikeestaan mä tarvitsin varmaan aika paljon kaikenlaista apua. Et mä en oikein tiennyt ensin, et mitä täällä voi saada. [--] No varmaan just se, että mä pystysin tulemaan taas takaisin ihmisten ilmoille. Enkä koko ajan pelkäis ja väistelis muita ihmisiä. Et se oli se suurin asia.”

Parissa haastattelussa nousi esiin myös henkilökohtaisen palveluneuvonnan tarve. Yksi haastateltavista koki päiväryhmätoiminnan tarpeen liittyneen myös psykososiaaliseen tukeen. Lisäksi yhdessä haastattelussa nostettiin esiin alkuperäinen tavoite takaisin työelämään pääsemisestä. Henkilökohtaisten tavoitteiden ja odotusten yhteydessä mainittiin vain harvoin työelämään palaaminen. Tämä saattoi johtua siitä, ettei työelämään palaaminen ollut kaikille vielä ajankohtainen tai ollenkaan realistinen tavoite. Päiväryhmätoiminnan jo aiemmin päättäneet asiakkaat olivat kuitenkin jo matkalla kohti työelämää.

7.3 Päiväryhmätoimintaan sitoutuminen ja osallistuminen

Olimme kiinnostuneita kuulemaan, miten haastateltavat olivat kokeneet päiväryhmätoimintaan lähtemisen ja siellä käymisen. Haastateltavat kokivat, että päiväryhmätoimintaan osallistuminen oli useimmiten parempi vaihtoehto kuin jäädä kotiin. Kaikki haastateltavat kertoivatkin lähtevänsä päiväryhmätoimintaan yleensä ottaen mielellään.

”Kyl mun ainaki oli niin helppo lähteä tänne. -- et kyllä tää aina oli paljon parempi vaihtoehto, ku jäädä kotiin vaa. Tää kuitenkin tapaa ihmisiä ja on tekemistä.”

”Kyllä yleensä ottaen, mut sit tietysti mul on ollu semmosii hirveen huonoja päiviä välillä. [--] Mut pääsääntöisesti on tietysti, koska mä oon aika monta kertaa jatkookin hakenu, että ei sitä jatkoo ois haettu, jos tää ois ollu semmonen, mistä ei tykkäis.”

"Olen lähtenyt ihan mielelläni, koska sillon, kun mä alotin täällä mulla oli ongelmana sekin, että mä en oikeen saanu lähdettyä yhtään mihinkään. Mä vaan olin itsekseni siellä kotona. Niin, tää oli semmonen niin erilainen tapa viettää päivää, et mä lähdin kyllä ihan mielellään."

"Mä tulin tänne vähän sillä lailla, että mä tulin, kun mun käskettiin tulla. (nau-raa) Mutta kyllä se sit muuttu heti parin käynnin jälkeen niin, et sit mä tulin sen takia, et mä tulin mielelläni."

Haastatteluissa kartoitettiin myös asiakkaiden kokemuksia omasta sitoutumisestaan ja siihen vaikuttaneista tekijöistä. Taustatietojen kartoituksen yhteydessä selvisi, että asiakassuhteiden pituus ja intensiteetti oli vaihdellut asiakkailla. Osalla asiakkaista oli ollut myös taukoja päiväryhmään osallistumisessa tai sopimusten välillä. Haastatteluiden perusteella voidaan todeta, että kuntoutujat olivat pääsääntöisesti suhteellisen motivoituneita ja sitoutuneita päiväryhmätoiminnassa käymiseen. Pieni osa haastateltavista kertoi kuitenkin ajoittaisesta motivaation puutteesta. Tätä vastoin kuitenkin suurin osa haastateltavista koki osallistumisensa toimintaan hieman vaihdelleen. Heikko sitoutuminen ja toimintaan osallistuminen oli kuitenkin usein olosuhteista riippuvaista ja yleisesti ottaen asiakkaat osallistuivat toimintaan omien voimavarojensa rajoissa. Pari haastatelluista asiakkaista kuitenkin ilmaisi suoraan, että sitoutuminen toimintaan olisi voinut olla parempikin.

"Ois voinu paremminki sitoutuu. Mä oon niin harvakseltaan käyny loppujen lopuks."

"Mun sitoutuminen on ollu – Se vois olla paljon enemmänkin ollu ja ehkä mä oisin tai oisinkin pystynyt käymään enemmän täällä näissä."

Kuten edellä mainittiin, johtui heikko osallistuminen vastauksista päätellen vain harvoin oman motivaation puutteesta. Vain parissa haastattelussa viitattiin suoraan motivaation puutteeseen.

"No, välillä vaan ei huvita. Tai ei jaksanu lähteä."

"Loppuu päin vähän harvensin, etten mä enää viitsinyt tulla."

Asiakkaat saattoivat toisinaan kokea motivaationsa toimintaa kohtaan hiipuneen asiakassuhteen loppuvaiheessa. Nähdäksemme tämä voi olla myös positiivista, sillä se saattaa kertoa siitä, että päiväryhmä on täyttänyt tehtävänsä, eikä sitä enää nähdä niin tarpeellisena kuin ennen. Usein myös, kun tiedetään asiakassuhteen olevan pian päättymässä, otetaan siihen hieman etäisyyttä, jotta irrottautuminen olisi helpompaa.

"-- mä tiesin, et ne on mun loppupäiviä tai niitä loppuaikoja, niin -- sitä pikku hiljaa irtaantui ja kyl mä välil tääl olin kolme neljä kertaa viikossa."

Enemmistö haastattelemistamme asiakkaista koki olleensa sitoutuneita päiväryhmätoiminnassa käymiseen. Päiväryhmätoiminnasta oli valtaosalle tullut itsestään selvä ja vakiintunut osa

arkea, jolloin he eivät kokeneet päiväryhmätoimintaan lähtemistä kovin vaikeana ja jatkuvia ponnisteluja vaativana.

”Sillon, ku mä oon ollut suhteellisen kunnossa, niin sillon se lähteminen on ollut itsestään selväki asia. [--] Et joo, kyllä mä olen ollu mielestäni ihan aktiivisesti mukana. Ja pyrkiny mielialasta huolimatta osallistumaan päivittäisiin aktiviteetteihin.”

”Kyl mä tosiaan kävin lähes joka päivä, eli kyl mä olin tosi hyvin mukana kyllä.”

”Täytyy sanoo, että kyl mä oon tosi säännöllisesti kuitenkin yrittäny käydä. [--] Kyllä mulle on siit sanottukin, että tosi ihanaa, et on jaksanu käydä.”

”Kyllähän mä alussa kävin joka päivä. Siis ihan aamusta siihen asti, kun tää menee kiinni, olin täällä. Et loppuvaiheessa sit -- jäi mieluummin kotiin nukkumaan -- ”

Kaikki kahdeksan haastattelemaamme asiakasta toivat ilmi myös sitoutumiseen vaikuttaneita tekijöitä. Henkilökohtaisia sitoutumiseen ja ryhmässä osallistumiseen vaikuttaneita tekijöitä olivat oma terveydentila, jaksaminen ja mieliala sekä asiakkaan kokemus omista kyvyistään. Luonnollisesti myös päiväryhmätoiminnan koettu tarve ja henkilökohtainen merkitys heijastuivat suorasti motivaatioon. Ryhmään liittyviä ja sitoutumiseen vaikuttavia tekijöitä olivat haastatteluiden perusteella myös päiväohjelma, sosiaaliset suhteet ja ohjaajien toiminta.

Haastateltavien mukaan kuntoutusympäristöllä oli myös yleisesti ottaen merkitystä, ja ryhmän ilmapiiri, siihen kiinnittymisen kokemus sekä yhteenkuuluvuuden tunne olivatkin oman kuntoutumisen ja toimintaan sitoutumisen kannalta tärkeitä asioita. Kaikilla ryhmään osallistujilla ei kuitenkaan ollut yhteenkuuluvuuden tunnetta suhteessa muihin.

” -- tääl ei ollu sellasta porukkaa, minkä kans sit loppujen lopuks tuli toimeen. Kaikki oli niin alussa siinä toipumisessa ja ite taas oli niin paljon edellä, niin ei olu silleen mitään yhteistä.”

Mikäli kuntoutuja kokee muiden ryhmäläisten olevan toimintakyvyltään huonommassa tilanteessa, ei hän välttämättä halua yrittää samaistua ryhmään, sillä hän saattaa kokea sen oman tilanteen ja kuntoutumisessa edistymisen kannalta haitallisena. Joskus tähän saattaa liittyä myös pelkoa leimaantumisesta. Päiväryhmätoiminnassa ei vastausten perusteella oltu kuitenkaan koettu pelkoa leimaantumisesta. Yksi haastateltavista puhui kuitenkin yleisesti siitä, että huonokuntoisessa ryhmässä on vaarana passivoituminen ja oman toimintakyvyn heikkeneminen.

Sitoutumiseen vaikuttaneista tekijöistä kysyttäessä lähes kaikki asiakkaat ottivat haastattelussa esiin oman terveydentilansa, jaksamisensa tai mielialansa. Tämä oli odotettavaa, sillä kuntoutumisessa kohdataan myös huonoja jaksoja ja toimintakyvyn vaihtelu kuuluu asiaan. Jos omassa sairaudessa oli huono vaihe meneillään, ei tällöin asiakkailla ollut välttämättä yk-

sinkertaisesti voimavaroja kotoa poistumiseen ja toimintaan osallistumiseen. Yksi asiakkaista kertoi, ettei päiväryhmässä ollut järkeä olla silloin, kun itsellä oli meneillään huono jakso. Sama asiakas kuitenkin kertoi, että keskustelu työntekijöiden kanssa saattoi toisinaan auttaa omaan olotilaan niin, että ryhmään pystyi osallistumaan. Yksi asiakkaista myös kertoi, ettei halunnut omalla pahalla olollaan latistaa muun ryhmän tunnelmaa.

” -- jos mul on huono kausi, ni en mä silloin halua ja mä koen, että mä en kykene lähtemään. Joo, sit siinä on taas seki, että silloin, kun mulla on todella huono kausi, niin en mä halua olla täällä yleisenä ilonpilaajana ja pilaamassa kaikkien muiden tunnelmaa. [--] Mut kuten mä sanoin, se riippuu kunnosta ja siitä, että mikä on se, ku sä aamulla heräät, mikä on sun mielentila. Se riippuu hyvin pitkälti siitä.”

”Se on mulla tosiaan silleen, et mä kuulostelen aina aamulla, mikä mulla on tuntu, et pystynkö mä lähtemään. Kyl mä sit mietin aina sitä, että mitä meillä on ohjelmassa täällä -- ”

Osa asiakkaista kertoi päiväohjelman vaikuttaneen positiivisesti omaan sitoutumiseen, mutta muutama haastateltavista kertoi ohjelmalla olleen sen sijaan vaikutusta vähäiseen osallistumiseen tai toiminnassa käymiseen.

”Mun mielest se on vähän ykstoikkonen ollu se ohjelma viime aikoina. Sen takii mä en oo niin ahkerasti täällä käynykkään.”

”Mä oisin varmaan käyny useemmin, jos ois ollu mun mielen mukanen. [--] Kaikkii ei voi miellyttää, sehän on selvä.”

Pieni osa myös koki, ettei päiväohjelma ollut vaikuttanut lähes mitenkään toiminnassa käymiseen.

”Kyllä mä olen tullut, vaikka ois mitä ohjelmaa ollu. [--] mä oon ollu aika kaikki-ruokanen sen suhteen, et mitä täällä on ollu tarjolla.”

Sosiaaliset tilanteet ja ryhmässä toimiminen saattoivat jännittää joitakin asiakkaita. Epävarmuus, kielteinen käsitys omista kyvyistä ja epäonnistumisen pelko saattoivatkin nostaa osallistumisen kynnystä. Esimerkiksi eräs haastateltava kertoi vertaavansa helposti itseään muihin, mikä nosti hänen kynnystään osallistua erilaiseen toimintaan. Työntekijöiden kannustava asenne ja myönteinen palaute tukivat kuitenkin osallistumista vahvistamalla asiakkaiden luotamusta omiin kykyihin ja osaamiseen.

”Ja se on aika jännä, et jos sen sanoo oikeanlainen ihminen silleen oikealla tavalla, se [osallistuminen] on niin hirveen pienest kiinni -- ”

” -- kun saa kannustusta, niin kukin tekee sen, minkä pystyy. Ja se on ihan hyvä.”

Ryhmän sosiaalisilla suhteilla ja vuorovaikutuksella oli myös merkitystä toimintaan sitoutumisessa. Sosiaaliset suhteet motivoivat asiakkaita osallistumaan toimintaan, ja sosiaalisten suhteiden laadulla koettiin olevan merkitystä sitoutumisen kannalta. Ryhmään sitoutuminen saattoi esimerkiksi heikentyä, jos päiväryhmätoiminnasta lähti pois henkilöitä, joiden kanssa oli ystävystynyt.

”-- se [ryhmästä pois jääminen] johtu enemmän sitten siitä, kun täällä sit taas lähti ihmisii pois, joiden kans mä olin ystävystyny.”

Haastatteluista kävi selkeästi ilmi, että kynnys osallistua oli matalampi ryhmän jäsenten tuntiessa toisensa.

”Ku täs on nyt jo tutustunu tähän porukkaan, ni se [osallistuminen] on jotenkin vähän helpompaa.”

Haastattelujen perusteella yhteisö ei kuitenkaan vaikuttanut kovin tiiviiltä, eikä kaikkia ryhmän jäseniä välttämättä opittu tuntemaan. Tähän vaikutti varmasti osaltaan vaihteleva ryhmäkoonpano. Haastateltavien kertoman mukaan ryhmäkoko vaihteli jonkin verran, sillä useilla asiakkailla oli toiminnassa välillä taukoja ja toiminnan intensiteetti saattoi vaihdella melko suuresti eri asiakkailla. Ryhmän jäsenten vaihtuvuus saattoi aiheuttaa ulkopuolisuuden tunnetta ja vaikeuttaa sopeutumista ryhmään, jos päiväryhmätoimintaan osallistumisessa oli ollut syystä tai toisesta taukoa.

”Et nyt sitten, kun mä oon taas yrittäny alotella uudelleen, niin se on ollu vähän semmosta, tääl on niin paljon vieraita ihmisiä. Muut asiakkaat, joita mä en oo tuntenu ja he on sit taas luulleet, et mä oon uus asiakas ja ei oo oikein ensin päässy kärryille, että missä mennään - Et nyt tosiaan loppu tän, tai no kuluneen vuoden aikana, niin en voi sanoa, että olisin ollu kovasti sitoutunu, mutta halusin kuitenkin tulla takasin.”

7.4 Päiväryhmätoiminnan sisältöön liittyvät kokemukset

Tässä luvussa esittelemme haastatteluiden perusteella nousseita tuloksia päiväryhmätoiminnan sisältöön liittyvistä kokemuksista. Ensimmäiseksi käsittelemme haastateltavien kokemuksia liittyen päiväryhmätoiminnan toimintasisältöön. Tämän jälkeen tarkastelemme ohjaajien roolia toiminnassa. Luvun kolmannessa osassa tuomme esiin haastateltavien näkemyksiä päiväryhmätoiminnan ilmapiiristä ja ympäristöstä, ja luvun viimeisessä osassa käsittelemme koettuja vaikuttamismahdollisuuksia ja toimintakäytäntöjen kehittämistä.

7.4.1 Toimintasisältöön liittyvät kokemukset

Haastateltavat arvostivat toiminnan tasapuolisuutta ja monipuolisia toimintamahdollisuuksia. Ohjelmatarjonta oli asiakkaiden mukaan pääosin monipuolista ja suunniteltu niin, että asiakkaiden toiveet tulisivat tasapuolisesti otetuiksi huomioon.

”Et mun mielest se on hirveen laaja se skaala, että ihan laidasta laitaan kaikkee mahdollista. [--] mun mielest se on ollu kuitenkin kauheen tasapuolista, et jokaiselle on löytynyt aina jotain.”

”No, mun mielestä täs on ollu ihan riittävästi sitä toimintaa. [--] Se on todella suunniteltu silleen monipuoliseksi.”

Haastateltavat kertoivat, että ohjelmassa oli ollut esimerkiksi elokuvia, lautapelien pelaamista, levyraateja, kuntosalia, joogaa, kävelyretkiä, keilaamista, minigolfia, kuvataidetta ja käsitöitä sekä leipomista ja ruoanlaittoa.

”-- oli aika laaja kirjo eri asioita. Käytiin eri paikoissa ja katottiin elokuvia ja tehtiin käsitöitä ja pelattiin pelejä.”

”No meillä on tommosta liikunnallista toimintaa, että keilaamassa ollaan käyty ja sitten tääl on ollut tämmösiä thaiboxingin alkeita. [--] Mutta sit on joogaa ollu ja sit on elokuvaretkiä ollu ja sitten kävelyretkiä ja jossain Heurekassa käyty. Monipuolista toimintaa ollu.”

”Siis laidasta laitaan. On siis musiikkipitoista [--] Ja sit tietyst liikunta ja käden taidot. Sit me ollaan käyty leffassa ja käyty messuilla ja käyty Heurekassa. Retkiä siis tehdään ja sitten voi pelata ja sit ihan just keskustella.”

”Ja sit täällä oli joogaa. Se oli aivan ihanaa. Venyttely ja sit oli ihan jumppaa. Sitten meillä Riihenajassahan oli mahdollisuus, että menee kuntosalille.”

”No just sitä liikunnallista puolta, ni sitä nyt oli hirveen erityyppistä. -- sitten on tietyst askartelua, ruuan laittoa. Sit ollaan me tehty niitä retkiä. Ja sitten nää leffat sun muut. Et kyl siin silleen eri tyyppistäkin on ollu ihan, että kyl siit on löytäny jonkun aina, mistä tykkää.”

Erilaisten aktiviteettien lisäksi päiväryhmätoiminnassa oli tehty päiväretkiä erilaisiin kohteisiin, muun muassa museoihin, näyttelyihin ja erilaisiin ulkoilukohteisiin.

”Kesällä menty veneellä Pihlajasaareen ja semmosii kokemuksia ja elämyksiä, mihin ei oo itsellä mahdollisuutta.”

Päiväryhmätoiminnassa oli myös käynyt erilaisia esiintyviä vierailijoita sekä järjestövierailijoita kertomassa toiminnastaan.

”On täällä ollut vierailijoita käymässä. Joulun aikaan oli ainakin joku tommonen teatteriesitys käymässä täällä ja nyt sitten viime viikolla oli tämmönen musiikki- tai laulujuttu paikalla täällä.”

Haastateltavien kokemusten perusteella omien vahvuuksien löytyminen ja itseluottamuksen kasvu oli mahdollista toiminnan kautta. Riihenajan päiväryhmätoiminnassa ryhmien lähtökoh- tana oli toiminnallisuus, eivätkä varsinaiset keskusteluryhmät olleet haastattelujen perusteel- la kovin merkittävä osa toimintaa. Haastateltavien mukaan ryhmät olivat pääosin hyvin orga- nisoituja. Toiminnan vahvuutena nousi esiin myös se, ettei toiminta tuo asiakkaille lisäkustan- nuksia.

"Et se on musta hienoa, et täällä ei olla koko ajan käsi ojossa, et tämä maksaa nyt sitten 4.90, vaan et kaikki kuuluu sitten tähän käyntiin -- "

Vain pieni osa haastateltavista kertoi osallistuneensa lähes kaikkeen tarjolla olleeseen ohjel- maan. Osalla haastateltavista saattoikin olla vahvoja mielipiteitä siitä, millaiseen toimintaan he eivät halunneet osallistua. Myös kynnys kokeilla uusia asioita saattoi olla korkea. Asiakkaat kertoivat kuitenkin, että päiväryhmätoiminnassa tuli kokeiltua ohjelmaa, jollaista ei ehkä muuten tulisi kokeiltua tai johon ei välttämättä olisi ollut muuten mahdollisuutta. Alun epäi- lysten jälkeen saatettiin uudesta asiasta jopa innostua. Uusien kokemusten saaminen ja uu- den oppiminen onkin tärkeää, sillä se voi voimaannuttaa ja auttaa löytämään uusia voimava- roja ja vahvuuksia.

"Jokaiselle on ollu jotakin kuitenkin. Aina joku innostuu jostakin. Vaikka niissäkin on se sama juttu, et aina sanotaan, et "en minä tätä ala tekemään". (huvittuneee- na) Mut sitten kyl ohjaajat saa kannustettuu siihen kuitenkin, että kyl jollain lail- la osallistuu [--] Et sielt löytyy just tollasii, et sit ihmiset kuitenkin innostuu nii- hin."

Eräs asiakkaista nosti esiin oman aktiivisuuden tärkeyden:

"Mulla oli alusta asti semmonen ajatus, ennen ku mä siis ees tiesinkään, että mitä täällä tehdään ylipäätänsä, et mä pyrkisin osallistumaan kaikkeen toimintaan ma- hollisimman aktiivisesti. Täällä on ollut sellasia ihmisiä, jotka joko oman kunton- sa takia tai haluamisensa takia ei ole osallistunut paljon asioihin tai näihin aktivi- teetteihin, mitä tääl on ollu tarjolla. Mut sanotaan, että mä oisin tehny oman kuntoutumisen kannalta aika ison karhunpalveluksen, jos mä oisin tohon sohvalle jääny makaamaan ja haistattanu pitkät kaikelle, mitä täällä tarjotaan."

Halusimme myös selvittää haastatteluissa, mikä on ollut haastateltavien mielestä kaikkein mieluisinta toimintaa. Haastateltavien vastauksissa ei ollut kovin paljon yhtenäisyyttä. Vas- tauksissa nostettiin esiin kuitenkin useimmin erilaiset yhteiset retket. Mieluisana toimintana mainittiin myös pelien pelaaminen, erilaiset liikunnalliset toiminnot, kädentaidot, levyraadit, elokuvien katselu, keilaaminen, kuntosalilla käynti ja ruokaryhmät.

"No just nää retket. Ne on ollu mun mielest kaikist mieluisimpia."

"-- mun mielestä kaikkein antoisinta on ollu se, että ollaan justiin liikuttu ja käyty joka puolella."

"No, must on ollu ainakin noi liikunnalliset puolet kiinnostavinta."

"-- mä tykkään tehdä hirveesti käsillä kaikkee. -- ja sit toinen on ollu, täällä oli semmonen ohjaaja, joka piti thainyrkkeilyä, niin mä hurahdin siihen. (nauraa) Että se on niinku terapiaa mulle just se liikunta ja sit kädentaidot."

"Mut tietenkkin ihan tämmöset esimerkiks nää retket yleensä, niin ne on ollu ja sitten ihan tommoset levyraadit ja leffat tietenkkin. [--] Mut noi ja nyt viime aikoina toi keilaaminen on ollu tosi kivaa. Et mä en sitä aikasemmin koskaan harrastunukaan, et jonkun kerran käynny, ni se on ollu ihan kivaa."

"Joo, ne [ruokaryhmät] on niin suosittuja, et niihin mä oon aina osallistunu, jos vaan pääsen."

Haastattelujen perusteella voitiin myös todeta toimintamuotojen olleen suhteellisen mielekkäitä suurimmalle osalle haastatelluista asiakkaista. Joitakin eriäviä näkemyksiä kuitenkin esiintyi.

"Hirnu vähän mielekästä tekemistä. Ja okei, totta kai, tääl oli tekemistä, mut mä ite kieltäydyin niistä. [--] Mut kuitenkin olin paikalla, vaikken osallistunut."

Vaikka joidenkin asiakkaiden mielestä toimintamuodot eivät aina olleet itselle kovin mielekkäitä, nähtiin toiminnassa sen sijaan muita vahvuuksia, kuten toiminnan sosiaalinen luonne. Sosiaalisen toiminnan ylläpito ja lisääminen oli joillekin asiakkaille toiminnallista sisältöä tärkeämpi asia ja merkittävin syy toimintaan osallistumiselle.

"Ei, ku ihmisten takii. Ihmisten takia tulin tänne."

Mieluisimmaksi toiminnaksi koettiin myös muiden ihmisten tapaaminen ja kokemusten jakaminen, vaikkei kyseessä ollutkaan varsinainen aktiviteetti. Omien tuntemusten ja ajatusten jakamista muille pidettiin tärkeänä, vaikka haastatteluissa tuotiinkin ilmi, ettei ryhmän pääasiallisena tarkoituksena ollutkaan olla vertaistukiryhmä.

"Ni mä en voi sanoo, vaikka mä oon tykänny noist aktiviteeteista, mut silti minun mielestä kaikista tärkein aktiviteetti, mikä ei oo varsinainen aktiviteetti, on näiden muitten ihmisten kanssa sosialisointi ja niinkun oppia -- Tuntee oppimaan heidät. Et se ei ole varsinaista ohjelmaa, mutta mulle se on ollu tavallaan äärettömän tärkeä, et mä olen pystynyt tavallaan jakamaan rehellisesti omia tuntejani, vaikka tämä ei nyt olekaan sillä tavalla mikään vertaistukiryhmä. Että mä sanoisin, et se sosialisointi on ollu tärkein aktiviteetti. Vaikka toki se itse ohjelmakin on ollut ihan mielenkiintoista, mutta mä kuitenkin arvostaisin sen ihmisten tapaamisen aktiviteetiksi -- "

Entä mikä sitten oli päiväryhmätoiminnassa vähiten mieluista ryhmätoimintaa ja miksi? Vähiten mieluisin toiminta jakoi niin ikään mielipiteitä. Henkilökohtaisilla kiinnostuksen kohteilla

ja mieltymyksillä oli luonnollisesti merkitystä asian suhteen, mutta myös kokemukset ja käsitykset omista taidoista vaikuttivat. Haastatteluissa suurin osa miehistä mainitsi, ettei ollut kiinnostunut kädentaitoihin liittyvistä toiminnoista. Erilaiset kädentaidot koettiin yleisesti ottaen kaikista vähiten mieluisimmaksi toiminnaksi, vaikka vastaavasti osa haastateltavista ilmoitti juuri askartelun ja kädentaidot nimenomaan kaikista mieluisimpana toimintana. Suhautuminen liikunnalliseen toimintaan jakoi myös melko paljon mielipiteitä, ja haastatteluissa selvisi, että osalla asiakkaista oli korkea kynnys osallistua erilaiseen liikunnalliseen toimintaan. Koska vastauksissa oli kuitenkin niin paljon hajontaa, ei niiden perusteella voida selkeästi päätellä sitä, oliko joku yksittäinen toiminta erityisen suosittua tai vähemmän mielekästä.

*”No tuo askartelu ei nyt mua oikein silleen kiinnosta. En mä oo mikään kätevä käsi-
sistäni.”*

*”Mä en itte oo mikään askarteluihminen. Et se on hyvin vähän, mitä mä oon hal-
lunu sitten siltä puolelta tehdä. Et se ei jotenkin tunnu omalta jutulta. Kuten
myöskään ei toi piirtäminen, maalaaminen.”*

*”No mulla taitaa kyl olla kaikki, mikä liittyy tohon liikuntaan tai urheiluun. Ulkoi-
lusta mä tykkään kyllä, mutta en sitten oikein välitä näistä pelaamisista, minigol-
feista ja muista.”*

*”Mä en nyt sano, et mikään aktiviteetti täällä ois ollu semmosta vähemmän mie-
luista, mutta mä sanon sen, että ehkä oli liikaa samoja asioita. Samat asiat taval-
laan toistuivat, vaikka ei nyt huonoja aktiviteetteja ollut, en mä sano ollenkaan.
Joku levyraati esimerkiksi, sehän on oikeen mukavaa ja hauskaa toimintaa. Tai
joittenki lautapeliä pelaaminen. Mut semmosta pientä tylsistymistä oli vähän
joskus havaittavissa.”*

Haastatteluissa tuli ilmi vain vähän toimintasisältöjä koskevia kehitysehdotuksia. Suurin osa haastateltavista ei osannutkaan sanoa, millaista toimintaa päiväryhmässä olisi voinut olla enemmän. Useissa haastatteluissa kerrottiin, että vaikkei itse henkilökohtaisesti pitäisikään kaikesta tarjolla olleesta toiminnasta, oli päiväryhmätoiminnassa riittävästi itselle mieluista ryhmätoimintaa. Useissa haastatteluissa myös todettiin, ettei toiminnassa ollut mahdollista ottaa yksittäisten henkilöiden mielipiteitä huomioon. Haastattelujen perusteella vain päiväretkiä ja kuntosalitoimintaa olisi toivottu toiminnalta enemmän.

*”En mä oikeen osaa sanoa, mitä ois pitäny olla enemmän, koska mun mielestä tääl
on ollu aika laajasti kaikkea mahdollista, et mä en osaa keksiä mitään muuta.
Kaikkee on ollu tarjolla.”*

*”Mut tietysti onhan meitä täällä kaikenlaisii ihmisiä. Ei voida yhtä henkilöä pel-
kästään huomioon siinä ottaakaan.”*

”Et jokaiselle oli jotain. Eiks se oo pääasia?”

Vaikka päivätoiminnan koettiin tarjonneen monipuolisia aktiviteetteja, olisi osa haastateltavista toivonut kuitenkin lisää vaihtelevuutta viikko-ohjelmaan. Erityisesti yhden asiakkaan mielestä samat toiminnot tuntuivat toistuvan turhan usein:

”Niin, no mä aikasemmin puhuin siitä, että tietyt aktiviteetit toistu todella usein. Niin mä olisin ehkä toivonut semmosta pientä erilaista variaatiota, että ei niissä varsinaisesti niissä aktiviteeteissä mitään vikaa ollut ja ne oli ihan monipuolisia, mutta ne samat asiat tuntu toistuvan. [--] Et enemmän vaihtoehtoja.”

Jotkut asiakkaat saattoivat toisinaan myös turhautua tietynlaisiin toimintoihin. Yhden haastateltavan mukaan sellaiset passiiviset aktiviteetit, kuten elokuvien katselu eivät edistä kuntoutumista ja tunnu aina kovin tarkoituksenmukaisilta. Erään toisen haastateltavan mielestä esimerkiksi kävelyretket tuntuivat turhilta.

”Et kuten mä sanoin musta joskus tuntu siltä, että jotkut päiväohjelman jutut oli vaan vähän tylsiä. Siis sellasia, että ne oli vaan semmosta ajantuhlausta. Että yks asia, josta mä tykkäsin, mutta mä en oikeen nähny siinä, et miten se kuntouttaa meitä, me katottiin leffoja kerran viikossa. Sinänsä ihan ookoo asia, mutta se on siinä mielessä vähän huono aktiviteetti, koska ei siinä oikeen tehä muuta, kun ka-tota elokuvaa.”

Erityisesti yhden asiakkaan mielestä aktiviteetteja olisi voitu pohtia tarkemmin ja tavoitteellisemmin kuntoutumisen näkökulmasta.

” -- jos sitä toimintaa nyt pitäis kehittää, jos nyt kuvitellaan, et tää jatkus, ni ois se, että enemmän variaatioita noihin päivän ohjelmaan, ja sitte mä ehkä tavallaan toivosin vähän semmosta tiettyä tarkoituksenmukaisuutta toimintaan tai niihin aktiviteetteihin. Et joskus ne aktiviteetit oli vähän sellasia, että ku ei muuta-kaan keksitty. [--] Et siinä pitäis olla kuitenkin tekemisessä joku pointti, et miks me tehään jotain. [--] Ja saatto niissä aktiviteeteissa olla tarkoitus, mut mä en sitä huomannu. Mut joskus se oli vähän semmosta, et tehään nyt jotain tekemisen vuoks. [--] kai semmosena yleissääntönä vois pitää sitä, että jos sulla on aktiviteetti, mikä tahansa aktiviteetti, niin mikä on tavallaan se pointti, mitä sä haluat saada niitä asiakkaita tekemään. Miten sä saat ne aktivoitumaan? Mitä hyötyä siitä on niille asiakkaille? Sitä pitää ajatella ja mä uskon, et ne on ajatellu täällä sitä hyvin pitkälle, mutta kuten mä sanoin, ni mun näkökulma asiakkaana on tavallaan hyvin rajallinen. Että se mikä musta tuntuu joskus vähän semmoselta huti-loinnilta, niin siinä saattaaki olla joku syvempi pointti takana.”

Haastateltavan mukaan ryhmänohjauksessa olisi voitu käyttää osallistavampia menetelmiä ja toimintamuotoja, jotka tukisivat tavoitteellisuutta ja monipuolisempaa vuorovaikutusta vielä paremmin. Hänen mukaansa ongelmaksi saattaisi kuitenkin muodostua heikko aktiivisuus.

” -- yleisellä tasolla, niin ehkä semmosta ohjelmaa, voin sanoo sitä on vaan hyvin vaikea toteuttaa, jos ihmiset ei ole mukana, ni semmosta ohjelmaa ja toimintaa, joka sais tavallaan ihmiset avautumaan ja antamaan itsestään jotain. Mut kuten mä sanoin, ni sehän on haaste kenelle tahansa ohjaajalle, ku ollaan vähänki haasteellisemmassa ryhmässä.”

Haastatteluiden perusteella henkilökohtainen palveluohjaus ja psykososiaalinen tuki olivat myös tärkeä osa toimintaa. Palveluneuvonta ja henkilökohtainen ohjaus saattoi olla arjenhallinnassa ja viranomaisasioissa tukemista tai elämäntilanteeseen liittyvää keskustelutukea. Asiakkaiden haastatteluissa esiintyi erilaisia näkemyksiä palveluneuvonnan tarpeesta. Osa asiakkaista koki, ettei tarvinnut erityistä lisätukea tämän kaltaisissa asioissa, sillä apua saatettiin saada myös muiden tahojen ja asiakassuhteiden kautta.

”Kyllähän mä tietysti oon [saanut neuvontaa], mutku kato mä oon kyl saanu muutakin kautta. [--] Että kyl mä oon tietoo saanu, että mitä mahdollisuuksia sitte ois.”

Osa asiakkaista koki sen sijaan tarvinneensa melko paljon neuvontaa ja ohjausta oman talouden ja arjen asioiden järjestelemiseksi. Lähes kaikki haastateltavat kokivat kuitenkin saaneensa jossain määrin ohjausta tai tietoa muista palveluista päiväryhmätoiminnan kautta. Haastattelujen perusteella apua saatiin esimerkiksi talous- ja velkaneuvonta-asioissa, erilaisen sosiaalietuuksien ja -avustusten hakemisessa sekä erilaisten hoito- ja kuntoutustahojen sekä työllistämispalveluiden ja kouluttautumismahdollisuuksien kartoittamisessa. Tietoa saatiin myös yleisistä arjenhallintaan ja terveyteen liittyvistä asioista.

”Että täältä saa vähän neuvoo ja apua niitten täyttämises niitten kaavakkeiden.”

”Kyl täällä on aina sillon tällön pidetty tällasia, on kerrottu yleishyödyllisistä taidoista [--] Paljon ruokatietoutta ollu ja sitte, et miten asioida virastoissa ja aika monipuolista.”

7.4.2 Ohjaajien rooli toiminnassa

Ohjaajien toimintaan ja heidän tekemään asiakastyöhön oltiin pääsääntöisesti tyytyväisiä, eikä ohjaajien toiminnassa nähty suurta kehittämisen tarvetta.

”No, ei mul oo ainakaan siihen silleen mitään kielteistä sanottavaa -- ”

”Täytyy sanoo, et pääsääntöisesti ei oo kyl moittimista -- Juuri sen takii mä oisinki halunnu jatkaa viel.”

Ohjaajien toimintaa pidettiin yleisesti ammattitaitoisena. Hyvän ohjaajan ominaispiirteinä pidettiin muun muassa riittävää jämäkkyyttä, mutta myös luonnollisesti kykyä ja halua asiakkaiden aitoon kuulemiseen sekä välittävää ja hyväksyvää asennetta. Työntekijän ei haastateltavien mukaan tulisi toimia autoritäärisesti, sillä tärkeänä asiakassuhteissa yleensäkin nähtiin kuntoutujan itsemääräämisen ja autonomian kunnioittaminen.

”No kyl sen pitää olla semmonen jämäkkä ja sit myös sellanen, et kuitenkin kysyy asiakkaan mielipidettä, ettei tuu sellanen vaikutelma, et – Kyl mä koen, et se

asiakas kuitenkin pitää olla se tai asiakas kokee, et hän on se kaikista tärkein henkilö.”

Luottamus, yksilöllinen huomioiminen sekä arvostuksen ja välittämisen osoittaminen olivat monen haastateltavan mielestä hyvän asiakassuhteen lähtökohtia. Useat haastattelemistamme asiakkaista korostivat juurikin yksilöllisen ja asiakkaan tarpeista lähtevän kohtaamisen tärkeyttä päiväryhmätoiminnassa. Tasavertaista lähestymistapaa asiakassuhteessa ja asiakkaiden yhdenvertaista huomioimista pidettiin myös tärkeänä. Tasavertaisuuden nähtiin toteutuneen toiminnassa melko hyvin, ja asiakkaat kertoivat ohjaajien myös ottaneen jokaisen asiakkaan tasapuolisesti huomioon toiminnassa.

”Mut et tääl on mun mielestä niin varmaankin korostettu hirveen paljon sitä, että jokaista pitää kohdella omana yksilöllisenä tapauksenaan. [--] Et he on osanneet aina jokaisen asiakkaan kanssa toimia justiin sen asiakkaan tarpeiden mukaan.”

Suurimman osan mielestä toiminnassa oli toteutunut luottamuksellinen, yksilöllinen ja arvostava kohtaaminen. Vilpitön kiinnostus asiakkaita ja heidän elämäänsä kohtaan antoi myös kokemuksen välittämisestä ja hyväksynnästä. Asiakkaiden kokemusten mukaan varsin pienetkin yksilöllistä huomion osoittamista ilmentävät asiat vuorovaikutuksessa voivat antaa tunteen välittämisestä ja vaikuttaa siihen, millä tavoin vuorovaikutussuhde koetaan.

”Ja just se, että niin pieni asia, et kun mä tuun tänne ja sanon huomenta ja ohjaaja sanoo, et ”no mitä sulle kuuluu, [haastateltavan nimi]?” Niin mä melkein rupeen itkemään liikutuksesta, et joku viitsii kysyy multa. Ja ei, että ”mitä sulle kuuluu”, vaan ”mitä sulle kuuluu, [haastateltavan nimi]?” Et se on nimenomaan just minulle tarkotettu.”

Yksi haastateltavista kertoi joillakin ohjaajilla olleen kuitenkin vaikeuksia asiakkaiden nimien muistamisen kanssa, ja hän olisikin toivonut vielä hieman henkilökohtaisempaa otetta ohjaukseen. Haastateltava ei kuitenkaan pitänyt tätä kovin isona asiana, mutta kertoi sen kuitenkin latistavan hieman työntekijän ja asiakkaan välistä vuorovaikutussuhdetta.

”-- ehkä, et pikkasen voi semmosta henkilökohtasta tatsia ottaa, mihin kuuluu just se nimen osaaminen. [--] En mä nyt sano, et se loukkas tai ois mua häirinnyt mitenkään suurella tavalla, mutta kyllähän se vähän oli, pikkasen valjun kuvan jätti. [--] Just tosiaan semmosta tiettyä henkilökohtaisuutta, et ku sä kuitenkin osaat jonku nimen, ni se on pieni asia, mutta se helpottaa huomattavasti sitä asiakkaan ja ohjaajan välistä suhdetta. Et tuntuu ”okei, toi välittää musta jossain määrin, ku se kuitenkin tietää mun nimeni.”

Asiakkaan ja työntekijän välisessä suhteessa myös huumori voi toimia tärkeänä keinona. Eräs asiakas kertoi huumorin olleen olennainen osa hänen asiakassuhtettaan. Ohjaajilla vaikutti olevan keskeinen rooli myös hyvän ilmapiirin ja ryhmän vuorovaikutuksen tukemisessa. Asiakkaiden mukaan ohjaajilla oli myös riittävää jämäkkyyttä mahdollisten konfliktitilanteiden selvittämiseksi.

"No mun mielest [ohjaaja1] ja [ohjaaja2] kumpiki aika hyvin - Tää muutaman kerran oli sellanen, joku asiakas saatto hermostua tai ihan jopa ihan riehuakki, ja kyl kumpiki osas hoitaa sen tilanteen hyvin. Jotenki ne oli aika jämäköitä -- "

Haastatteluissa positiivista palautetta sai lisäksi ohjaajien välinen yhteistyö ja dynamiikka.

"Et mun mielestä [ohjaaja1] ja [ohjaaja2] täydensi toisiaan erittäin hyvin. Se oli semmonen, en mä nyt sano täydellinen parisuhde, mutta mun mielestä se toimi se dynamiikka erittäin hyvin."

Haastatteluissa kiinnitettiin huomiota myös erilaisiin tapoihin ohjata ryhmiä. Ohjaajat tekivät työtä vahvasti omalla persoonallaan, mikä sai haastateltavilta yleensä kiitosta. Haastattelujen perusteella jotkut asiakkaat arvostivat enemmän rauhallisempaa ja toiset taas energisempää ohjaamistyyliä.

"No esimerkiks toi [ohjaaja] on aika hyvä, sillä sen tyyli on aika hyvä. Ainaki se sopii mulle. Se ei kyl varmaan ehkä kaikille sovi -- "

"Tää kyseinen [ohjaaja] on ehkä paras asiakkaan näkökulmasta ja sitten ammatillisesta näkökulmasta katottuna, niin on ehkä paras sosiaali-ohjaaja, mitä mä oon koskaan tavannut. Että se hänen energiansa, et vaikka siinä silloin tällön rapa saatto roiskua, ni mä tykkäsin aivan valtavasti hänestä ja hänen tyylistään. Mut totta kai kaikki muutkin henkilökunnan jäsenet otti mut hyvin vastaan, mutta erityisesti tää [ohjaaja] jäi mulle mieleen."

Vaikka ohjaajien erilaiset ohjaustavat täydensivät ja tasapainottivat toisiaan, oli asiakkaiden mielestä yksilöllisten tarpeiden huomiointi kuitenkin tärkeää ryhmänohjaustilanteissa. Yksi asiakas arveli, että joissakin toimintavoissa olisi voinut olla vielä hieman kehittämisen varaa. Asiakas ei kuitenkaan osannut sillä hetkellä kertoa tarkemmin, miten asiakastyötä olisi voitu kehittää.

Asiakkaan itsemääräämistä kunnioitettiin, ja asiakkailla oli vapaus päättää omasta osallistumisestaan ja aktiivisuudestaan. Kaikkiin ryhmätoimintoihin osallistuminen oli vapaaehtoista ja päiväryhmässä oli mahdollisuus vetäytyä esimerkiksi pelaamaan muiden kanssa korttia tai leppämään omiin oloihinsa. Haastateltavat arvostivatkin toiminnassa suuresti sen joustavuutta ja omaa valinnanvapautta.

"-- mul oli tavallaan vapaus. Et jos mua ei huvita tulla tänne, ni mä voin olla tulematta, tai semmonen tietynlainen oma vapaus siinä suhteessa. Et mullaki on kuitenkin paljon erilaisia menoja viranomasten kanssa. [--] Et jos mä oisin ollu samanaikaisesti kuntoutuksessa, niin en mä ois pystynyt samalla tavalla hoitamaan mun viranomaisasioitani ja käymään täällä."

"Et se on aina huomioitu, että ei oo yritettykään väkisin tyrkyttää jotain asiaa, kun on nähty, että tää ihminen ei nyt vaan halua tällasta. Et aina on pystytty myötäilemään."

"Just se, että ketään ei pakoteta. Vaan jokainen ite osallistuu siihen, mihin haluaa. Mikä on hyvä."

Ryhmässä käyminen nähtiin silti tärkeänä, vaikka toimintoihin osallistuminen olisikin ollut heikkoa. Päiväryhmätoiminnan ohjaajat myös kannustivat ja motivoivat asiakkaita osallistumiseen ja aktiivisuuteen. Osallistumiseen kannustaminen nähtiinkin hyvin tärkeänä. Eräs haastateltava kertoi, että osa asiakkaista lannistui helposti, jos he eivät kokeneet pärjäävänsä jossain toiminnassa. Hän kertoi, että jos joku päiväryhmän asiakkaista oli lannistunut johonkin asiaan tai toimintaan ja halunnut jättää sen kesken, olivat ohjaajat saaneet kannustettua kuitenkin yrittämään uudelleen ja tekemään parhaansa.

"No, kyllä hyvä ohjaaja ottaa kaikki huomioon täällä, että se kannustaa. Mitä mä oon ollu mukana nytten näissä niin, jos on joitakin henkilöitä täälläkin ollut sillä lailla, että ne haluaa kesken jättää jonkun vaikka liikunnallisen toiminnan, esimerkiksi keilaamisen, niin kylhän ne onnistuu puhumaan ne siihen -- Silleen, et kyl ne on hoitanut mun mielestä hommat tosi hyvin, ja sit kyl nää on lähtenyt nää ihmiset sit kuitenkin vielä yrittämään, vaikka ne eka tuppaa täysin lannistua. Et se on ihan kiva."

Haastatteluista selvisi, että tuen läsnäolo oli toiminnassa tärkeää. Ohjaajien mukanaolo sekä mahdollisuus tukeen ja keskusteluun toivat asiakkaille turvaa ja tukea. Vaikka ryhmän tuki oli myös tärkeässä osassa, piti suurin osa haastateltavista läheistä ohjaajasuhdetta tuen suhteen tärkeämpänä. Ohjaajat nähtiin pääsääntöisesti helposti lähestyttävinä, eivätkä useimmat haastateltavista epäröineet lähestyä ohjaajia henkilökohtaisissa tai neuvontaa vaativissa asioissa. Monessa haastattelussa kuvailtiin, että ohjaajien kanssa oli muodostunut merkityksellinen, luottamuksellinen ja läheinen suhde. Asiakkaiden puheesta välittyi myös selkeästi kokemus kuulluksi tulemisesta, ja ohjaajille usein kerrottiin henkilökohtaisempia asioita kuin muille ryhmäläisille. Yksi haastateltavista kehui myös yhteydenpitoa päiväryhmätoiminnan työntekijöiden ja asiakkaiden välillä.

"Kyl ton [ohjaajan] kaa ehti kehittyä aika sellanen tärkeä suhde tai ku kerroin aika monesti yksityisasioista, mitä ei välttämättä oo hirveen monelle kertonu. Ni kyllä mä koin jotenki, et oli tärkeä ja tuntu, et pystyy puhumaan."

"-- siis mun mielestä ihan loistavia ohjaajia. Että jos on tullut semmonen ahdistava tilanne, on pystynyt heti jutella -- Että siis tosi ammattitaitoisia."

Yksi haastatelluista myös kertoi, että olisi halunnut ottaa tietynlaista etäisyyttä päiväryhmätoiminnan ohjaajiin. Kyseinen haastateltava olisikin toivonut vahvempaa vuorovaikutusta muiden ryhmäläisten kanssa.

"Et joskus ois toivonut, että ois enemmän asiakkaita ollu, että ei ois tarvinnut tavallaan niin paljon olla tekemisissä noiden ohjaajien kanssa. En mä nyt sano, et se on paha asia, mutta mielellään mä oisin ehkä pikkasen ottanu heihin tiettyä etäisyyttä."

Kaikkien haastateltavien mielestä ohjaajia oli päiväryhmätoiminnassa riittävästi, lukuun ottamatta joitakin poikkeustapauksia. Ryhmän koko myös vaihteli usein ja silloin, kun ryhmässä oli enemmän asiakkaita, oli ohjaajien määrä juuri ja juuri riittävä.

”Mutta siis joo, silloin oli ihan tarvittava määrä ohjaajia, ku meitäkään ei ollut nyt aivan älyttömästi tuolla ihmisiä. Että oli jopa ehkä enemmän, että ohjaajia riitti siihen väkimäärään nähden. Että mitä mä kuulin, et ennen, kun mä tulin tänne, tääl oli paljon enemmän porukkaa. Silloin saatto ollakki ehkä enemmän kiirettä ja se aika, mikä ohjaajan ja asiakkaan välillä saatto olla ehkä vähäsempää, mutta kyllä se oli hyvin riittävää. Ainaki, ku minä olen täällä ollu.”

Työntekijöiden vaihtuvuutta ei pääsääntöisesti pidetty kovin suurena.

”No, mun mielest täällä ei oo ollu kauheen suurta vaihtuvuutta. Et nyt kun taas vertaa siihen kunnalliseen puoleen, niin harvoin saa kahta kertaa nähdä samaa työntekijää. [--] Kyl, näin on ollu ihan hyvä.”

Yksi haastateltavista antoi palautetta kuitenkin päiväryhmän sijaisista ja sijaistuskäytännöistä. Haastateltavan mukaan osa sijaisista oli ammattitaitoisia, mutta osan kanssa yhteistyö oli ollut vaikeampaa. Lyhytaikaisten sijaisten osaamisen varmistamiseen olisi hänen mukaansa voinut kiinnittää enemmän huomiota.

Kuten aiemmin tuloksissa mainittiin, kuului toimintamalliin myös palveluohjauksellinen työote. Ohjaajien antama palveluohjaus oli yksilöllistä tukea elämäntilanteen jäsentämiseksi ja hallitsemiseksi. Päiväryhmätoiminnan työntekijät ohjasivat asiakkaita muun muassa talous- ja velka-asioissa, erilaisten lomakkeiden täytössä sekä tukivat asiakkaita sosiaaliviranomaisten kanssa toimimisessa. Tällaiselle tuelle oli tarvetta, sillä haastattelujen perusteella asiakkaat pitivät sosiaalijärjestelmää liian byrokraattisena ja monimutkaisena. Osa asiakkaista kertoikin viranomaiskielen aiheuttamasta hämmennyksestä, ja ohjaajien roolina olikin usein myös toimia viranomaiskielen selventäjinä ja tulkitsijoina asiakkailla. Haastattelujen perusteella omista mahdollisuuksista kertominen sekä tuki ja kannustus päätöksenteossa oli niin ikään tärkeää. Asiakkaat antoivat myös haastatteluissa paljon positiivista palautetta työntekijöiden palveluohjauksellisesta osaamisesta.

”Meillähän oli täällä aivan äärettömän hyvä [työntekijä], joka -- osas sen asiansa. [--] se on ihan uskomattoman hyvä asia, että [hän] osas viimeisen päälle täyttää ne kaikki vaikeet paperit, missä kysellään kaikennäköstä kummallista. [--] Mä en voinu muuta kuin ihmetellä ja niin se [hakemus] meni vaan läpi, ja et se oli ehdottomasti parasta, mitä mä täällä oon saanu.”

”Kyllä ihan huoletta voi mennä ihan kahdenkeskiseen keskusteluun ja jutella asioistaan ja sitten nehän ohjaa näissä, jos on jotain henkilökohtaisia asioitakin hoidettavanaan, niin neuvoo niissä sitten.”

Apua ja tukea saatiin myös muunlaisten käytännön asioiden hoitamiseen ja elämän muutostilanteista selviämiseen. Ohjaajien tuki oli myös pitkälti keskustelua ja kuuntelemista. Keskustelutuki nähtiin vähintään yhtä tärkeänä kuin tiedollinen tukeminen.

”No ihan sitä keskusteluu. Se on hirveen tärkeä.”

Palveluneuvonta ja henkilökohtainen ohjaus perustui kuntoutujien yksilöllisiin tuen ja ohjauksen tarpeisiin, mutta edellytti kuntoutujilta usein oma-aloitteisuutta. Yksilötapaamisia pystyttiin yleensä järjestämään tarpeen mukaan, ja lähes kaikki haastateltavat kertoivat saaneensa ohjaajilta riittävästi henkilökohtaista tukea ja ohjausta. Erään haastateltavan mukaan ohjaajilta oli saanut henkilökohtaista aikaa aina pyydettyä, joskus jopa pyytämättäkin.

”Aina, jos on ollu jotakin asiaa, niin aina heil riittäny aikaa jutella.”

”Aina, kun veti hihasta, niin aina oli aikaa.”

”No kyllä se oli mun mielestä siis tosi hyvä, et tääl pystyi puhumaan, mistä haluski ja tääl kuunneltiin ja koitettiin auttaa, jos siis se oli resurssien puolesta mahdollista ja näin pois päin.”

”Kyl mä oon ainaki saanu [tukea], jos mulla on ollu jotai, ni mä oon kyllä saanu puhuttuu ja mulle ajoissa aina tehtiin tää jatkosuunnitelma -- ”

”[Ohjaaja1:n] ovi on aina auki, [ohjaaja2:n] ovi oli aina tavallaan auki ja [ohjaaja3:n] ovi oli aina auki. Että yksinkertaisesti mun kohdalla, niin vastaus tuohon oli kyllä. Ja miten mä olen muit täällä, jos muilla on ollu ongelmia, hätää, niin kyllä mä sanon, että heti, ku on vaan osannu pyytää, joskus pyytämättäkin, kyllä sä apua olet saanu.”

Eräs haastateltava kuitenkin koki, ettei ollut saanut riittävästi henkilökohtaista aikaa ohjaajilta, muttei ollut ehkä osannut sitä pyytääkään. Haastateltava pohti, että säännönmukainen ohjauksen ja neuvonnan tarpeesta kysyminen olisi voinut olla hyödyllistä, koska apua ja neuvoa ei aina viitsitä tulla ohjaajilta suoraan pyytämään.

”No en mä oikeen tarpeeks oo saanu [ohjausta] omasta mielestäni. Mut ehkä mä en oo osannu oikeen pyytääkään. On monta asiaa kyl jääny vähän mietityttää, mutta ois vaa rohkeemmin pitäny kysyy. [--] se ois ollu parempi, et ois tullu kysymään, et oisko jotain. [--] Kysyny säännöllisesti, että tarviitsä jotain neuvoa jossain tai muuta.”

Eräs toinen haastateltava mainitsi, ettei joissain poikkeustilanteissa ohjaajilla ole aina ollut aikaa yksilötapaamisille:

”No yleensä kyllä, mut siis on ollu poikkeuksii. Sillon, kun täällä oli enemmän porukkaa, niin meit oli aika paljon, et siin oli sit tietyst semmosta hässäkkää vähän, nii ehkei siinä sitten – Ei ihan aina ollu.”

Osa asiakkaista myös koki, ettei ollut tarvinnut erityistä tukea ohjaajilta.

”-- mä en sillä tavalla tarvinnu semmosta tukea, siis semmosta intensiivistä tukea. Siis mä pärjäisin ihan itekseen. Että olen ollut helppo tapaus.”

7.4.3 Ilmapiiri ja ympäristö

Halusimme kuulla, millaisina haastateltavat näkivät päiväryhmätoiminnan käytössä olevat tilat ja millaisena päiväryhmätoiminnan ilmapiiri oli heidän silmissään näyttäytynyt. Toimintaympäristö vaikutti asiakkaiden kokemuksiin, ja erityisesti ilmapiiri nähtiin merkittävänä asiana voimaantumisen ja osallistumisen kannalta. Fyysisellä toimintaympäristöllä ei sen sijaan nähty olevan niin suurta merkitystä omien kokemusten kannalta.

”Mut en mä tiedä, onko sillä kauheen suurta merkitystä niillä tiloilla. Tärkeempää on se, mitä siellä tehdään. Onhan tässä ihan hienot tilat. [--] Mut et täällähän on ihan hienosti, kun täällä on paljon tämmösii tiloja, missä voi olla yhdessä tai pienemmällä porukalla.”

Kaikki asiakkaat olivat jokseenkin tyytyväisiä päiväryhmän toimitiloihin. Päiväryhmätoiminnan tiloja pidettiin viihtyisinä, pääsääntöisesti tarpeeksi tilavina ja tarkoituksenmukaisina. Viihtyisät tilat tukivat sosiaalista kanssakäymistä ja mahdollistivat monipuolisten ryhmätoimintojen toteuttamisen.

”Mä sanoisin, että tää on hyvä tila tähän tarkoitukseen. [--] Että kyl siinä ne mahdollisuudet ja puitteet on sellaiset, mitkä suinkin voi kuvitella tässä olevan.”

Joidenkin asiakkaiden mielestä toimintatilat saattoivat kuitenkin olla ahtaat, jos asiakkaita oli päiväryhmässä paljon.

”Mä oon vaa kuullu tarinoita, ku täällä oli enemmän porukkaa ja silloin kuulemma oli todella ahasta. Et kyllähän nää loppujen lopuks on pienet tilat. Mutta tällä nykyisellä väkimäärällä, mikä täällä on, niin kyllä nää on ihan riittävät. Vähän liikaaki melkeenpä.”

”No ne on kyl pikkasen pienet, varsinki, jos on ollu enemmän porukkaa.”

Ilmapiiri koettiin pääsääntöisesti hyvänä ja positiivisena. Ryhmässä vallitsi useimmiten hyvä yhteishenki ja nauruakin löytyi. Päiväryhmässä vallitsi turvallinen, luottamuksellinen ja suvaitseva ilmapiiri ja asiakkailla oli mahdollisuus tulla hyväksytyksi omana itsenään.

”Mun mielestä täällä on aina ollut hyvä ilmapiiri. Ei ole tavallaan, no totta kai, ku on vähemmän asiakkaita, niin ei oo semmosta kuppikuntia, kyräilyä päässy syntymään. [--] Että mä sanoisin, et on hyvä henki.”

”Tääl on mun mielest vaan niin hyvä olla. Hyvä henki ja kaikki semmonen. Voin sanoo, et ehkä vähän niinku koti tai silleen.”

”Sen [ilmapiirin] takii mä tykkäsin käydäkin täällä. Se oli yks suuri syy.”

”Mun mielest on ollu ihan mukavan lepposa ilmapiiri. En mä oo ainakaan aistinu mitään ikävää.”

”Mun mielestä tää [ilmapiiri] on hyvä. -- täällä nauretaan, siis silleen tosi hyvällä.”

Yleistä ilmapiiriä kuvailtiin toisaalta myös rauhalliseksi ja hiljaiseksi:

”Totta kai, ku monella asiakkaalla on diagnosoitu jonkun asteinen mieleen liittyvä sairaus, ni totta kai se vaikuttaa. Et kyllä tääl sellanen yleisilmapiiri on vähän ehkä vaisu tai sellanen. Mutta ei täällä mitenkään sorttii huono oo ollu, ku pitää ymmärtää, mikä tää lähtökohta on, ni eihän tää voi olla mikään Linnanmäki siinä mielessä.”

”No se [ilmapiiri] on hyvin rauhallinen ollu. Et aika hiljastaki välillä. En minäkää kova puhumaan oo, mut ei tääl muutkaan oo.”

Asiakkaat pitivät tärkeänä, että päiväryhmätoiminnan ohjaajat puuttuivat herkästi ja riittävän jämäkällä tavalla mahdolliseen kiusaamiseen tai häiriköintiin. Valtaosa haastatelluista kuitenkin koki, ettei ryhmäläisten kesken ollut syntynyt kovin suuria hankaluuksia. Asiakkaat kertoivat, että ristiriitoja oli ollut myös vähemmän, kun ryhmäkoko oli ollut pienempi. Vaikka muiden ryhmäläisten kanssa oli yleensä tultu hyvin toimeen, löytyi päiväryhmästä luonnollisesti myös ihmisiä, joiden kanssa kemiat eivät kohdanneet. Väärinymmärryksiä saattoi myös syntyä, kun muiden käytös tai sanomiset tulkittiin liian henkilökohtaisesti.

”En mä oo koskaan kokenu mitään ristiriitaa kenenkään kanssa.”

”Et mä olin havaitsevinani semmosta, -- et jotkut ihmiset ei välttämättä tullu toimeen keskenänsä -- ”

”Kyl se [ilmapiiri] on aika hyvä – Siis ainaki meidän loppujen kans, ketä nyt on. Sillon aikasemmin tietenki oli joitakin, joista mäkään – Ei halunnukkaa ees vaihtaa muutamaa sanaa, ku joillaki oli niin voimakkait mielipiteitä asioista ja mä en haluu siihen alkaa kommentoimaan, koska se ei ois kuitenkaan johtanu mihinkään -- ”

7.4.4 Vaikuttamismahdollisuudet ja toimintakäytäntöjen kehittäminen

Halusimme selvittää, millaisia kokemuksia asiakkailla oli omista vaikuttamismahdollisuuksistaan. Kaikki vastaajat kokivat ainakin jossain määrin päässeensä vaikuttamaan päiväryhmätoiminnan ohjelmasisältöön. Ohjelmaa suunniteltiin lähtökohtaisesti yhdessä, ja asiakkaiden toiveita sekä mielipiteitä ohjelmasta kuunneltiin ja otettiin huomioon mahdollisuuksien mukaan.

"Et kyl siinä otettiin huomioon sitten, että kaikilta kysyttiin, mitä haluttais tehdä ja tehtiin sen mukaan suunnitelmia sitten. Et sillee se on tosi hyvä, et sieltä ei yksioikoisesti joku päätä -- "

"Juu, kyl meil oli sellanen äänestys kaikist asioista. Enemmistön äänestys voitti."

Ohjaajat olivat myös saattaneet ehdottaa asiakkaille toimintaa, jonka toteuttamisesta asiakkaat olivat saaneet päättää yhteisesti. Esimerkiksi seuraavan kuukauden ohjelmaa laadittaessa ohjaajat olivat saattaneet tiedustella asiakkaiden mielipiteitä tulevista retkistä. Asiakkaiden toiveet liittyivätkin useimmiten erilaisiin päiväretkiin. Haastateltavat vaikuttivat olevan myös varsin tyytyväisiä toiveiden toteutumiseen. Päiväryhmätoiminta olikin antanut kokemuksia sellaisista asioista, joihin ei välttämättä olisi muutoin ollut mahdollisuutta.

"Esimerkiks mun täytyy sanoa, et jollen mä ois käynyt täällä Riihenajan päivätoiminnassa, ni mulla ei ois ollu mitään mahdollisuutta toteuttaa semmosia toivomuksia, kun edes, et mä pääsisin Ateneumiin tai elokuviin. Tai museoihin."

"-- aina on kysytty ja huomioitu, et mitä me itse halutaan, et onks meillä jotain toivomuksii. [--] Et se on aina lähteny siltä pohjalta, että yhdessä on päätetty. Tai heil on ollu ehdotettavana jotain ja sit yhdessä on päätetty, että tehdäänkö näin."

"Kyllähän niit on aina kyselty ja on myös toteutettu niitä toiveita."

"Kyllähän ne otetaan tietyissä rajoissa huomioon. Et mutta tässä pitää kuitenkin muistaa se, että suurin osa ihmisistä, jotka on täällä ollu, niin ei sieltä nyt välttämättä tule hirveetä määrää niitä toiveita. Joskus mä olen huomannut, että ohjaajien on pakko ollu tehdä vaan se ohjelma."

Haastatteluista selvisi, että aktiivisuus toimintojen suunnittelussa oli ollu kuitenkin melko vähäistä.

"Et kyllä ne toiveet on otettu huomioon, mutta ei niitä ole kyllä nyt niin paljoa ollu, ettäkö ois joutunu semmosen myrskyn alle, että miten me nyt saadaan kaikki toiveet toteutettua. Et kyllä ne otetaan huomioon, mutta ehkäpä siinä on meille ryhmäläisille sitten pieni itsekritiikin paikka, että ehkä voisimme olla aktiivisempia. Jopa minäkin voisin olla aktiivisempi, mutta – En tiedä, johtuuko se sairaudesta vai johtuuko se sitten mun ylipääntänsä persoonallisuudesta, mutta jos mua käsketään keksimään jotain huippuhauskaa ohjelmaa, niin kyllä mulla pää lyö tyhjää, mutta mä en usko, et mä olen ainoa siinä."

Vaikka pääsääntöisesti asiakkailla oli ollu vaikuttamismahdollisuuksia toiminnan suhteen, nostettiin joissain vastauksissa esiin myös rajalliset vaikuttamismahdollisuudet.

"Semmosissa, mitä on pystytty täällä suunnittelemaan ja on noista retkistä kysely sitten. [--] Et kyl siin on kuunneltu mielipiteitä, mut tietysti vähän rajallisissa määrin voi sanoo kuitenkin."

Haastatteluiden perusteella vaikuttikin siltä, että asiakkaiden näkemyksiä oli kartoitettu pääasiassa vain ohjelmasisältöihin liittyen. Myös päiväryhmätoiminnan ohjaaja kertoi, ettei asiakkailta oltu kerätty kovin systemaattista palautetta toiminnasta.

Haastatteluissa asiakkailta kysyttiin erikseen ohjelmasisällön ja asiakastyön kehittämistarpeista. Ohjelmasisältöön ja asiakastyöhön liittyviä kehittämistarpeita käsitelimme luvuissa 7.4.1 ja 7.4.2. Päiväryhmätoiminnan päättymisestä huolimatta olimme myös kiinnostuneita kuulemaan haastateltavien näkemyksiä yleisistä toimintakäytännöistä ja niiden kehittämistarpeista. Osa haastateltavista ei kuitenkaan osannut sanoa, millä muulla tavoin he olisivat kehittäneet toimintaa.

"Toi vaatis oikee kunnon miettimistä. [--] Et ihan varmaan ois [kehittämistä], mut siihen tarttis oikeen syventyy, koska kyl varmaan kaikissa on jotain."

Osa asiakkaista oli päiväryhmätoimintaan niin tyytyväisiä, ettei siinä nähty yleensääkään erityisiä kehittämisen kohteita.

"Mutta kaikki on ollu mun mielestä hienoa, et mä en osaa keksiä negatiivista sanottavaa. [--] Kyl mä oon ollu ihan pelkästään tyytyväinen."

"Ei tuu kyl mieleen, koska mun mielestä tää on ollu just sitä, mitä mä oon tarvinnu."

Yksi haastateltavista kertoi myös, että toimintaa oli joiltain osin jo kehitetty. Esimerkiksi ruokailumahdollisuuksien parantuminen oli ollut toivottu uudistus.

"Sitä oikeestaan -- kehitettiin jo, et tänne tuotiin ruoka [--] Ni se oli hyvä uudistus. Sitä mä toivoin ja ihan mukava, että koululaisten ruoka tulee hyötykäyttöön täällä."

Kaksi haastateltavista kertoi kuitenkin puutteista eri tahojen välisessä tiedonkulussa.

"Tietysti sillon, kun mä aloitin tän homman, ni sillon se ei menny ihan putkeen. Sillon mä olin vähän pettynyt, koska mulla on toi yks henkilökohtainen ohjaajakin, ni nää mokas tää Riihenaika hommat. -- kolme kuukautta mul ois ollu käytössä tää päiväryhmä, ni kukaan ei kertonu, että mä saan käydä täällä. Et siitä mä olin vaan harmistunut sillon sitten. Mulle vaan sanottiin, että mä voin käydä kattomassa täällä. Mä kävin kaks kertaa kattomassa. Sitten kun mä kerroin sen mun tälle ohjaajalle, ni se sano, ettei mulle kuulu tää. Mut sitten -- mä sain kuulla, että kyl toi kuuluu. Et siinä tietysti sattuu joku, emmä tiijä, kuka siellä oli väärä papereita kattonut tai tällästä, mut sattuu näitä näköjään."

Yhden haastateltavan mielestä päiväryhmätoiminnan aukioloaika (9.00 - 14.00) oli myös liian lyhyt. Haastateltava koki, että pidemmät aukioloajat olisivat tukeneet paremmin päiväryhmätoiminnan asiakkaita.

"Mun mielestä tää meni vaan liian aikasin kiinni. Se ois voinu pidempään olla. [--] Tottakai näillä työntekijöillä on pitkii päivii sitten, mutta siis meiän kannalta ainakin liian lyhyitä päiviä. [--] Kolmeen ois ollu sitte tai puol neljään tai tämmöstä, mut kahteen oli aivan liian aikasin."

7.5 Kokemukset päiväryhmätoiminnan merkityksestä ja hyödyllisyydestä

Tässä osassa käsittelemme haastateltavien esiin tuomia näkemyksiä ja kokemuksia päiväryhmätoiminnan merkityksestä. Asiakkaiden haastatteluissa selvitettiin, millaista hyötyä päiväryhmätoimintaan osallistumisesta on heille ollut ja miten saatu hyöty on näyttäytynyt asiakkaiden arkielämän ja kuntoutumisen kannalta. Pyrkimyksenä oli myös selvittää asiakkaiden kokemuksia siitä, miten tavoitteisiin ja tarpeisiin pystyttiin vastaamaan päiväryhmätoiminnassa. Haastatteluissa selvitettiin myös asiakkaiden kokemuksia vertaistuesta ja yhteisöllisyydestä, sillä arvelimme näiden tekijöiden erillisen tarkastelun antavan lisäsyvyyttä päiväryhmätoiminnan merkityksen pohdintaan.

7.5.1 Toiminnan yleinen merkitys ja hyöty

Asiakkailla oli erilaisia elämäntilanteita ja lähtökohtia, jolloin heidän tuen tarpeensa ja palvelun intensiteetti vaihtelivat melko paljon. Osa päiväryhmätoiminnan asiakkaista tunsikin, ettei toiminta ollut sosiaalisen selviytymisen ja arjenhallinnan kannalta välttämätön. Kaikki haastateltavat kokivat toiminnan tuoneen kuitenkin jonkinlaista hyötyä kuntoutumiseen ja arjessa selviämiseen tai lisäarvoa elämäänsä.

"Niin, kyllä mä sanon, että se on tukenut kuntoutumistani. Ehkei aina satayksprosenttisesti, mutta jos mun pitäis vaikka mun hoitavalle lääkärille sanoa, että onks tästä ollu mitään apua, niin kyllä mun vastaukseni olisi kyllä."

"-- vointi ei oo aina ollu paras mahdollinen. Mut kyl sen ainaki huomaa, että on se parantunu siitä, ku mä tulin --"

Useat asiakkaat arvelivat myös olevansa huomattavasti vaikeammassa elämäntilanteessa ilman päiväryhmätoimintaa.

"Kyl mä koen, et kyl mä oisin paljon huonommas jamassa ilman tätä."

"Ja jos mul ei ois nyt tätä paikkaa, niin en varmaan olis tässä."

Yksi asiakkaista kertoi toiminnasta saatavan tuen olleen myös melko kokonaisvaltaista, sillä toiminnassa oli huomioitu niin sosiaalinen, henkinen kuin fyysinenkin hyvinvointi.

"-- on sosiaalist puolta ja sit kyl henkisesti on auttanu ja sit ois varmaan kyl viel fyysisesti, ku ois tosiaan jaksanu enemmän tota liikuntaa."

Omaa kuntoutumista ja päiväryhmätoiminnan merkitystä pohtiessaan usea haastateltava nosti esiin, ettei kuntoutuminen ollut ”lineaarinen polku”, jonka aikana toimintakyky muuttuu aina vain paremmaksi, vaan kuntoutumisprosessissa kohdataan myös huonoja ajanjaksoja. Kuntoutuminen onkin useimmiten pitkäaikainen ja asteittainen prosessi, jonka aikana voimavarat palaavat ja lisääntyvät sekä toimintakyky ja itseluottamus vahvistuvat vähitellen.

”Et tää oli todella hyvä alku. Et sen huomaa, että tää [kuntoutuminen] onki pitempi prosessi.”

”Mä puhun nyt yleisesti vähän, kun mä en oikein voi muitten, ku omalta osaltani puhua kuntoutumisestani. Se ei oo tavallaan sellanen lineaarinen polku, eli tavallaan kaikki menee kokoajan paremmaks ja paremmaks ja paremmaks. Et sano-taanko, et tää on tukenut sitä sillä tavalla, että mä ainakin koen jossain määrin olevani enemmän tasapainossa --”

Erään toisen asiakkaan kokemus oli kuitenkin hieman toisenlainen, sillä hänen mielestä oma kuntoutuminen oli ollut yllättävän nopeaa. Hänen mukaansa päiväryhmätoiminnan osuus kuntoutumisessa oli ollut merkittävä.

”Mä sain täällä niin paljon apua vuodessa. Mitä mä en ikinä ois aatellukaan, et mä parannun niin nopeesti.”

Päiväryhmätoiminnan asiakkuuden jo aiemmin päättäneet henkilöt opiskelivat tai olivat siirtymässä työelämään. Eräs asiakkaista kuvaili ryhmän antaneen voimia ja energiaa siirtyä eteenpäin elämässä. Päiväryhmästä saattoi löytää myös suuntaa omalle elämälle.

”Se on ollu hyvä, et jotenki koin, et tääl kuitenkin sain energiaa sit siirtyä eteenpäin. Koska eihän tää voi kuitenkaan olla sellanen loppuelämän -- jotenki saa sel-lastä voimaa kerättyä, löydettyä sitä suuntaa, ettei sit jää paikoilleen.”

Yksi haastateltavista kertoi toiminnan tuoneen myös uudenlaista perspektiiviä oman elämän tarkasteluun.

”Et yks tärkeä asia, mitä tää on tuonu, olen siitä puhunut ohjaajille aikasemminki paljon, on se, et tää on tuonu perspektiiviä. Et ku sä oot yksin himassa omien ajatuksies kanssa, niin sulle tulee hyvin nopeesti semmonen ajatusharha, ajatus alkaa kiertää ympyrää. Niin tää on tavallaan tuonu tosiaan sitä perspektiiviä. Mä oon pystynyt näkemään asioita muutenki, kun omalta kannaltani. Ja mun mielestä tavallaan jo se tekee mielenterveydelle äärimmäisen hyvää. Että sä pystyt näkemään, mitä sun mielesi ulkopuolella tavallaan on.”

Riihenajan asiakkuuden kuvailtiin myös olleen aivan erityinen jakso elämässä.

” -- se oli erityisjakso mun elämässä. Ei oo mitään vastaavaa ollu. [--] Tää [päiväryhmätoiminta] oli yks sellanen tärkeä osa-alue, et mun elämä on mennyt parempaan suuntaan.”

Päiväryhmä sai haastateltavien puheessa myös erilaisia merkityksiä. Esimerkiksi näin haastateltavat kuvailivat päiväryhmätoiminnan merkitystä itselleen:

"Mä koen, että tää on se mun paikka. [--] Tääl on mun mielest vaan niin hyvä olla. Hyvä henki ja kaikki semmonen. Voin sanoo, et ehkä vähän niinku koti tai silleen."

"-- varsinki sit, ku se loppu, ni jotenki ei ois tosiaan tahtonu lopettaa, et täs oli kyl ehtiny muodostumaan sit sellanen vähän niinku toinen koti. Kyl tää on ollu tärkeä, tärkeä paikka."

"-- tää on silleen ollu kuitenkin henkireikä -- "

"-- semmonen turvasatama, turvallinen paikka -- "

Toiminnan nähtiin myös vastanneen suhteellisen hyvin asiakkaiden odotuksiin, tarpeisiin ja tavoitteisiin.

"-- mun mielest tää on ollu just sitä, mitä mä oon tarvinnu."

"No siinä mielessä kyllä, että onhan tää nyt tuonut tiettyä ryhtiä mun arkeeni. Tää on tuonu uusia aktiviteetteja mun arkeen ja mä oon päässy tutustumaan uusiin ihmisiin."

"On varmasti saanu [apua], koska mä olin tosiaan lujaa menossa siihen suuntaan, et mä istun vaan siellä kotona kädet ristissä, enkä uskaltais kohta mennä enää ruokakauppaan."

Tavoitteet olivat kuitenkin päiväryhmätoiminnan lopettamisen myötä saattaneet jäädä kesken. Yksi asiakkaista koki hieman pettyneensä odotuksissaan, sillä hän koki, ettei ollut saanut toiminnasta riittävää tukea henkilökohtaisten asioiden hoitoon.

"Kyl mä vähän enemmän oisin toivonu apuu siihen. Mun täytyy nyt miettii, et mitä mä jatkan tästä sitte itse niitten asioitten hoitamisen kans."

Haastattelujen perusteella toiminnasta saatu hyöty liittyi toimintakyvyn, arjessa selviytymisen sekä sosiaalisten suhteiden ja sosiaalisen toimintakyvyn parantumiseen ja ylläpitoon. Saatut tulokset liittyivät nähdäksemme myös elämänhallinnan, osallisuuden ja voimavarojen vahvistumiseen ja ylläpitämiseen arjessa. Toiminnasta saatu hyöty näkyi muun muassa päivä- ja arkirytmien säännöllistymisenä, aktiivisuuden lisääntymisenä ja arjen virikkeinä, kokemuksena sosiaalisesta osallistumisesta, yksinäisyyden vähenemisenä, rohkeutena kohdata muita ihmisiä ja lisääntyneenä kykynä ilmaista itseään. Toiminnan hyötyinä nousivat esiin myös tiedon ja uusien taitojen saaminen, elämäntilanteen yleinen selkiytyminen, psyykkisten oireiden vähentyminen sekä positiiviset vaikutukset mielialaan, itsetuntoon ja itseluottamukseen.

Kuten edellä todettiin, näyttäisi haastattelujen perusteella siltä, että päiväryhmätoiminta on ylläpitänyt asiakkaiden toimintakykyä ja osallisuutta. Päiväryhmätoiminta antoi syyn lähteä

kotoa, ja keskeinen toiminnasta saatava hyöty liittyikin haastattelujen perusteella päivä- ja arkirytmien normalisoitumiseen ja uudenlaiseen arjensisältöön. Valtaosa haastatelluista koki, että päiväryhmätoiminta oli auttanut jäsentämään arkea tuomalla siihen rytmiä, rutiineja ja mielekästä sisältöä. Kuitenkin ne asiakkaat, jotka kävivät päiväryhmässä vain harvakseltaan, eivät välttämättä saaneet siitä parasta mahdollista hyötyä. Aineiston perusteella voidaan todeta, että päivärytmien normalisoitumisen ja ylläpitämisen kannalta toiminnan kannattaisi olla melko intensiivistä. Haastatteluista selvisi, että asiakkaiden arjenhallinnan taidot saattoivat myös parantua. Vastausten perusteella osa asiakkaista piti myös työkykyisyyteen kuntoutumista ja työelämään palaamista mahdollisena.

Asiakkaiden kokemukset viittasivat myös aktiivisuuden lisääntymiseen. Osa asiakkaista koki toiminnan vaikuttaneen heidän motivaatioonsa ja sitoutumiseensa myös muilla elämän alueilla. Osallisuuden ja aktiivisuuden vahvistuminen saattoi ilmentyä uusista asioista ja itsensä toteuttamisen muodoista innostumisena ja kiinnostumisena. Työntekijöiden ja muiden ryhmäläisten kannustava ja rohkaiseva asenne oli kuitenkin usein tärkeässä roolissa. Toimintakyvyn vahvistuminen ja uudenlaisen motivaation löytäminen saattoi ilmetä uudenlaisena aloitteellisuutena, aiempaa suurempana tavoitteellisuutena, tulevaisuuden suuntaavana ajatteluna ja elämän suunnitteluna.

Valtaosa haastateltavista painotti erityisesti toiminnan sosiaalista merkitystä ja hyötyä. Haastateltavien puheessa ilmenivät myös sosiaalisen tuen ja sosiaalisen osallistumisen elementit. Yhdessäololla oli haastateltavien mukaan suuri merkitys, ja toiminnasta saatava hyöty liittyikin myös yksinäisyyden lievittymiseen. Päiväryhmätoiminnassa rohkeus kohdata muita ihmisiä ja kyky ilmaista itseä saattoi myös lisääntyä. Päiväryhmätoiminnasta sai myös voimavaroja vuorovaikutukseen ja sosiaaliseen toimintaan.

"Et kyl sillä lain sai rohkeutta ja voimia, että jaksat taas rämpiä takasin semmoseen normaaliin kanssakäymiseen."

"On siinä se hyöty, kun mä yksin asun, ni pääsee vähän ihmisten ilmoille. Ei tarvii yksin aina olla. Se on ollu kyllä mukavaa."

"Niin no, se oli tärkein se sosiaalinen kanssakäyminen ja sitten nää ihan erikoistiedot, mitä täällä on muutamalla työntekijällä just näissä talousasioissa, niin ne on ollu ihan korvaamattomia. Ne on ollu hyviä asioita."

Vastaajat näkivät kuulluksi tulemisen tärkeänä kuntoutumista edistävänä tekijänä. Kuulluksi tuleminen toteutui toiminnassa pääsääntöisesti hyvin.

"-- yleensä ollu ite se kuuntelija. Nyt kerrankin sain ite puhua -- Ni se on se suurin, mikä mua autto. Joku kuunteli, kun minä puhun kerrankin. Se oli ehkä suurin syy siinä, minkä takii mä oon nyt tässä vaihees, mis mä nyt oon."

Kuulluksi ja osalliseksi tulemisen myötä myös itsetunto ja omanarvontunto voivat vahvistua. Omasta jaksamisesta oli opittu pitämään myös parempaa huolta ja liikaa kuormittumista pyrittiin välttämään.

”Niin ja siinä mä oon kans muuttunu, et mä nykyään sanon sen, jos mä en jaksa kuunnella, olla se kuuntelija, niin mä sanon, et nyt ei pysty. Ennen mä kuuntelin kuitenkin, vaikkei yhtään kiinnostanu, yhtään jaksanu. Niin sit mä masennuin lisää.”

Päiväryhmätoiminnasta saatiin keskustelutuen lisäksi myös tärkeää tietoa palvelujärjestelmästä. Viranomaisasioissa tukeminen, esimerkiksi ohjaus talous- ja velka-asioissa oli asiakkaille tärkeää, ja siitä saatu hyöty saattoi näkyä esimerkiksi elämäntilanteen selkiytymisenä ja välillisesti taloudellisen hyvinvoinnin paranemisena. Työllistymiseen ja koulutukseen liittyvien kysymysten pohtiminen yhdessä ohjaajan kanssa oli ollut myös tärkeää ja auttanut eteenpäin elämässä.

”Kyllä täältä on saanut tukea sellaseen esimerkiks velkaneuvontaan, taloudellisiin huoliin ja tällasiin ja sitten -- ne on pystynyt hoitamaan jotain toimintaa tämmösten sosiaaliviranomaisten kanssa. [--] että se oli todella positiivista puolta siihen. Et ku ne on semmosii asioita, mihin kauheen semmonen, aika vaikee lähtee kyselemään muualta asioita, niin näit tuli tämmösii automaattisesti vastaan. Kerrottiin, että mitä mahdollisuuksia sulla on tätä kautta saada.”

Osa haastateltavista kertoi psyykkisten oireiden vähentyneen ja mielialan tasoittuneen päiväryhmätoiminnassa käymisen myötä. Psyykkisten oireiden vähentyminen saattoi myös ilmetä konkreettisesti sairaala- ja lääkehoidon tarpeen vähenemisenä.

”Mä oon välttyny sairaalajaksoilta. Ja se on paljon.”

”Ja sitten mä alan lopettamaan masennuslääkkeitäki. [--] Et mä parannuin täällä.”

Päiväryhmätoiminnassa käymisen koettiin vaikuttaneen positiivisesti mielialaan. Eräs haastattelemamme henkilö kuvaili tuntevansa itsensä toimintapäivän jälkeen virkistyneeksi ja energiseksi. Tämä oli hänen mielestään suurin toiminnasta koituva hyöty.

”No, kyllä se mun mielestä on ollu lähinnä se suurin hyöty se, et tuntee ittensä paljon virkeemmäksi tän homman jälkeen, et sekin, kun välillä on tuntunut, ettei oo viittinyt lähteä -- Mut sitte aina, kun täältä menee kotiin, niin kyl sitä tuntee ittensä vähän niinku eri mieheksi. Et kun on tosiaan tullu tehtyä ja tullu mentyä, on saanu lähettyä, niin se on kyllä tosi mukavaa. Et kyl se kotonakin huomataan, et sitä ihminen virkistyy sitten. Kun tulee jotain tehtyä, -- ettei koko päivän oo kotona ja pohdi asioita -- ”

”Että kyl täällä -- kuitenkin on saanut tuota virkistystä itelle ainakin ja must tuntuu, et muutkin on varmaan saanut silleen, että käy mielellään sillon, kun on suinkin mahdollista.”

Asiakkaat näyttivät saaneen voimavaroja erilaisista asioista. Kokemukset kuulluksi tulemisesta, vertaistuesta, mielekkästä toiminnasta ja ohjaajien tuesta näyttivät vaikuttaneen olennaisesti voimavaroihin. Haastattelujen perusteella yhteisöllisyyden ja ryhmään kuulumisen kokemus oli myös hyvin tärkeä tekijä voimaantumisen kannalta. Vastausten perusteella myös itseluottamuksen ja positiivisen identiteetin vahvistaminen oli kuntoutumisen kannalta tärkeää, ja haastatteluissa esiin nousseet voimaantumisen kokemukset liittyivätkin myös itsetunnon vahvistumiseen. Myös uusien kokemusten saaminen ja uuden oppiminen voi voimaannuttaa, ja onnistumisten kokemusten ja aktiivisen toiminnan kautta voi myös usko omaan kykyihinkin vahvistua.

Osa asiakkaista nosti haastattelussaan esiin mielenterveyskuntoutujien leimaantumisen. Jotkut haastateltavista viittasivat puheessaan ympäristön kohdistamiin odotuksiin ja sisäiseen ristiriitaan, joka syntyi omien voimavarojen ja ympäristön vaatimusten kohtaamattomuudesta. Mielenterveysongelma voi tuntua olevan ristiriidassa oman identiteetin kanssa, jonka vuoksi sen hyväksyminen osaksi omaa elämänhistoriaa vaatiikin usein aikaa. Eräs haastateltava kertoi yrittäneensä ylläpitää ympäristön vaatimusten ja odotusten mukaista vaikutelmaa itsestä välttyäkseen muiden leimaamiselta. Päiväryhmä oli kuitenkin paikka, jossa ei tarvinnut pelätä leimaantumista; siellä sai olla peittelemättä oma itsensä ja tuntea tulevaisuuden hyväksytyksi ja arvostetuksi.

Toiminta oli lähtökohdiltaan voimavaraistavaa ja siinä korostettiin asiakkaiden vahvuuksia ja voimavaroja. Päiväryhmätoiminnan toimintamalliin kuului ongelmakeskeisen puheen ja hoito-keskeisten roolien välttäminen positiivisen identiteetin ja voimavarojen vahvistamiseksi. Yksi haastateltavista puhui ”normaalisuuden” tavoitteesta ja ”sairaana minä” jättämisestä kotiin.

”Mun mielestä se on ihan hyvä linjaus, että tavallaan pyritään olemaan normaaleja, miten nyt normaalin haluaa määritellä, mut tavallaan jätetään se sairas minä sinne kotiin.”

Vaikka haastateltava totesi, ettei tämä käytännössä ollut kuitenkaan mahdollista, kuvasi hänen ilmauksensa hyvin päiväryhmätoiminnan voimavarakeskeisiä lähtökohtia. Päiväryhmätoimintaan lähteminen merkitsi siis symbolisesti etäisyyden ottamista ”sairaasta minästä”. Myös erään toisen asiakkaan mielestä päiväryhmätoiminta oli eheyttävää erityisesti siitä syystä, että se oli luonteeltaan toiminnallista, eikä siinä juuri kysely ihmisten diagnooseja.

7.5.2 Yhteisöllisyyden ja vertaisuuden merkitys

Päiväryhmä osoittautui monelle asiakkaalle tärkeäksi sosiaalisesti yhteisöksi, jossa asiakkaat saattoivat saada tunteen ryhmään kuulumisesta ja yhteenkuuluvuudesta sekä hyväksytyksi tulemisesta.

”Et täällä mun mielestä tää porukka on niin sellasta – Et tottakai me ollaan väsyneitä ja kaikilla on omat sairaudet, mutta mä koin, et mä kuuluin tähän joukkoon.”

Muilta ryhmäläisiltä saatu tuki näyttäytyi asiakkaiden kokemuksissa emotionaalisena tukena tai konkreettisena yhdessäolona. Muiden antama tuki liittyi yhdessä tekemiseen ja kokemiseen, kuulluksi tulemiseen ja kokemusten jakamiseen, hyväksytyksi ja ymmärretyksi tulemiseen sekä myötätunnon saamiseen.

Haastatteluista havaittiin, että asiakkailla oli melko erilaisia liittymisen ja kanssakäymisen tarpeita. Osa haastateltavista ei halunnut jakaa henkilökohtaisia asioitaan, kuten kuntoutumiseen liittyviä kokemuksia muiden ryhmäläisten kanssa. Toisilla asiakkailla oli sen sijaan vahvempi tarve yhteiseen kokemusten vaihtoon ja sosiaalisten suhteiden luomiseen. Erityisesti yksi asiakkaista kertoi kaivanneensa hieman enemmän avoimempaa kokemusten vaihtoa muiden ryhmäläisten kanssa. Haastatteluista selvisi myös, että suurimmalle osalle haastatteluun osallistuneista päiväryhmän jäsenet eivät olleet muodostuneet läheisiksi ystäviksi. Tästä huolimatta ryhmässä koettiin yhteyttä toisiin ryhmän jäseniin ja asiakkaat saattoivat kuitenkin kokea jonkun ryhmän jäsenen läheiseksi.

”No, en mä nyt sanois varsinaisesti ystäviä saanut, mutta semmosta kaverillista juttelua ja tämmöstä. Et ei siinä mitään sillä mielin oo ollut, että ajattelis, että tän kerhohomman lisäksi jotain muuta toimintaa ois.”

”Tän päättymisen jälkeen ei mul oo ollu mitään sellasia ystävyys-suhteita. Mutta siis tän aikana, silloin ku olin, ni kyl mä itse asias muutaman kerran olin yhen ihmisen kaa tekemisissä tos sit muutenkin.”

Pari haastateltavaa kertoi kuitenkin myös saaneensa ryhmästä ystäviä, vaikka yhteydenpito ryhmän ulkopuolella ei ollutkaan säännöllistä. Haastattelujen perusteella kuitenkin selvisi, että monet asiakkaat halusivat pitää toiminnan ulkopuolella muihin ryhmäläisiin etäisyyttä.

”Et en mä oo tavannu ketään tän ulkopuolella. Mitä nyt on sattunu törmäämään.”

Toisinaan myöskään ryhmän sisällä ei aina haluttu luoda vahvoja tunnesiteitä muihin, sillä liiallinen samaistuminen muiden tilanteisiin koettiin usein emotionaalisesti kuormittavana ja omaa kuntoutumista häiritsevänä asiana.

"No sanotaan, että olis ollu ihan mahdollista saada ystäviä, jos olis halunnu. Et ei se olis ollu ollenkaan mahdotonta."

"-- täällä mä oon pitäny, et mä en oo vaihtanu kenenkään kaa puhelinnumeroita. Me keskustellaan täällä ja se riittää."

Koska kuntoutuja saattoivat olla melko erilaisessa kuntoutumisvaiheessa tai keskenään melko eri-ikäisiä, saattoi asiakkaiden olla myös vaikeampi samaistua toisiinsa, kokea vertaisuutta tai muodostaa läheisiä sosiaalisia suhteita.

"Ei mulla hirveesti oo semmosta oman ikästä seuraa ollu. [--] Mut ehkä mä sitä jäin kaipaamaan, että semmonen ystävyystyminen ja sielujen sympatia jäi tavaltaan puuttumaan. [--] Niin se on tuonu omat haasteensa. Sitä mä tosiaan jäin kaipaamaan -- "

Vastaajien kokemusten ja näkemysten mukaan yhdessä tekeminen ja yhdessä kokeminen oli toiminnassa merkityksellistä. Ryhmä kannusti osallistumaan ja yhdessä toimiminen nähtiin antoisana.

"Koska mä ite silleen harvemmin pääsen, tulee lähettyä, ni sitten tommosen porukan kanssa, ni mä lähen ainakin paljon mieluummin. Se on pienempi kynnys lähteä."

"Se oli just ihanaa, koska se porukka käy sitten silleen kaikki yhdessä."

Yhdessäolo oli tärkeää huolimatta siitä, kuinka aktiivisesti ryhmän jäsen osallistui ryhmän välisiin keskusteluihin. Toisen yksityisyyttä ja valinnanvapautta kunnioitettiin, eikä ketään yritetty painostaa yhteisiin keskusteluihin tai keskustelemaan henkilökohtaisista asioista.

"Kukin kertoo omista asioistaan sen, minkä haluaa kertoa, ettei sitä kukaan ala utelemaan toisilta yhtään mitään. Et se on hyvä homma silleen."

Sosiaalinen toiminta ja ryhmään kuuluminen oli asiakkaille merkityksellistä, ja vaikka toiminnan kautta ei olisi syntynyt ystävyysuhteita, kuvasivat haastateltavat sen sijaan tunnetta yhteisöllisyydestä ja yhdessä tekemisestä. Myös tunne välittämisestä ja keskinäinen luottamus oli ryhmässä tärkeää. Haastateltavat kokivat, että toiminnan myötä sosiaalinen verkosto voi vahvistua ja myös rohkeus tavata muita ihmisiä ja olla vuorovaikutuksessa heidän kanssaan voi parantua. Ihmisten tapaaminen ja keskustelu vaikuttivat olevan monelle asiakkaalle tärkeämpää kuin itse toiminnan sisältö. Vuorovaikutus saattoi olla myös helpompaa ja luonnollisempaa tekemisen lomassa.

"-- siin on se sosiaalinen puoli, et siin samalla puhutaan, ni se on oikeestaan se juttu justiin. Et se ei niinkään aina ihan se tekeminen, että en mä kaikest niin välitä."

Etenkin omaehtoinen keskustelu muiden ryhmän jäsenten kanssa oli asiakkaista hyvin tärkeää.

Päiväryhmästä oli yleensä löytynyt keskusteluseuraa, mutta joskus keskustelun aloittaminen saattoi kuitenkin olla hankalaa.

”Ja tietysti sitten hyviä hetkiä on ne, kun jutellaan keskenämme ja tuolla. Niinku semmosta spontaania jutustelua, ettei se oo mikään keskusteluryhmä.”

”Kyllä tääl näiden ihmisten kanssa voi keskustella. Kyllä ne sitten juttelee. Tosin alkuun se on aina vähän semmosta hankalamman puoleista, mutta kyllä siihen sitten pääsee ihmisten kanssa juttuun.”

Asiakkaiden kokemusten mukaan ryhmässä oli mahdollisuus jakaa omia asioitaan luottamuksellisesti muiden kanssa. Vaikka asiakkaat luottivat toisiinsa, eivät monet silti halunneet tuoda esiin henkilökohtaisia asioitaan muiden seurassa.

”En mä muitten asiakkaiden kuullen omist ongelmist tai asioist puhunu.”

Joskus kuitenkin omasta elämäntilanteesta puhuminen saattoi olla helpompaa päiväryhmäläisten kuin muiden ihmisten kanssa.

”Kyllä ne [ryhmäläiset] tukea antaa sillä lailla, että siinä mielessä se on ihan mukava jutella sitten ihmisten kanssa.”

”-- se [keskustelu] auttaa asioissa. Se on kauheen vaikee mennä keskustelemaan omasta tilanteestaan -- Mutta täällä se on jotenkin paljon helpompaa. Et se tunnu ihan hyvältä.”

Päiväryhmätoiminnan asiakkaiden kokemukset vertaistuen saamisesta vaihtelivat. Vertaistuki merkitsi eri asiakkaille hieman erilaisia asioita, sillä asia, jonka yksi haastateltava mielsi vertaistueksi, ei välttämättä ollut kuitenkaan toisen mielestä vertaistukea. Puolet haastattelemistamme asiakkaista koki kuitenkin saaneensa päiväryhmätoiminnasta vertaistukea. Haastattelujen perusteella vaikutti kuitenkin siltä, ettei asiakkaille ollut syntynyt kovin läheisiä vertaissuhteita muihin ryhmäläisiin.

”No kyllä tästä mielestäni saa vertaistukea -- ”

”No kyllä jonkun verran [sai vertaistukea]. Alkuaikoina hyvinkin paljon, mutta nyt loppuaikoina ei niin paljon. Mut kyllä kuitenkin on saanut, et sit kun ruvetaan juttelemaan jostakin asiasta, niin huomaa, että -- kannatti ruveta keskustelea, et oli nimenomaan se vertaistuki. Et ihmiset tiesi, mistä mä puhuin, jos mä puhuin jostakin.”

Puolet haastateltavista ei mieltänyt saamaansa tukea varsinaiseksi vertaistueksi. Osa näistä asiakkaista koki kuitenkin saaneensa erilaista yhteisöllistä ja sosiaalista tukea ryhmätoiminnasta. Yksi haastateltava totesi, että on itse oltava hyvässä tilanteessa, jotta pystyisi toimimaan vertaistukena muille.

"Aika moni oli kyl siinä vaiheessa ite, et ei pystyny olemaan vertaistukena muille."

Toiminnan leimaamattomuus ja voimavarojen korostaminen olivat päiväryhmässä tärkeitä asioita ja eräs haastateltavista kertoikin, että toimintaa aloittaessaan häntä oli ohjeistettu, ettei sairauksiin liittyviä asioita tulisi painottaa keskusteluissa liikaa. Tästä huolimatta toimintaan kuului myös tietynlainen vertaistuellinen ulottuvuus. Haastateltava koki päässeensä ryhmässä vaihtamaan ajatuksia muiden ryhmäläisten kanssa ikään kuin vertaistuellisesti, vaikka itse vertaistuki ei ollut ryhmän pääasiallinen tarkoitus. Haastateltavan mukaan "sairaudessa rypeminen" ei kuitenkaan edistä kuntoutumista, vaan voi johtaa kielteiseen ja kuntoutumisen kannalta vahingolliseen ilmapiiriin, joka voi ylläpitää toiseuden kokemusta ja kielteistä suhtautumista itseän.

" -- täällä ei sillä tavalla ole sellaista vertaistukea, koska ne ei — No okei, nyt se on ollu vähän vapaampaa. Me ollaan puhuttu suhteellisen avoimesti omista sairauksistamme, omista haasteistamme. Mut esimerkiks, ku mä täällä alotin, ni mä sain sellasen ohjeistuksen, että täällä mä en pyri tavallaan piehtaroimaan omassa sairaudessani ja se on vähän sellanen asia, että sitä ei mielellään keskustelussa saa tuoda esille. Ja se on ihan hyvä sääntö. Eli siinä mielessä ei ole ollut semmosta vertaistukea, mutta toisaalta se tavallaan kuuluu myös pelin henkeen. Koska mä ymmärrän sen ihan oikeesti, et jos täällä jengi alkaa puhua ainoastaan omista murheistaan, ni se on vähän sellanen, että kyllä siinä tunnelma latistuu hyvin nopeasti semmoseks yhteiseksi voivotteluksi [--] Niin, tää ei ole sellasta vertaistukea. Että tosin nyt, ku on vähemmän ihmisiä ja tavallaan on saanu puhua ja saanut näyttää omia ongelmiaan, heikkouksiaan, niin kyllä mä voin sanoa, että on sellasta tiettyä, muiden päiväryhmäläisten kanssa ollu sellasta vertaistukimaista ajatusten vaihtoa. Mut se ei ole niinkään se itseistarkotus kuitenkaan."

Hieman samankaltainen kokemus nousi esiin myös erään toisen haastateltavan puheessa. Kyseessä oleva haastateltava koki, ettei ollut saanut päiväryhmästä varsinaista vertaistukea, mutta kertoi kuitenkin pystyneensä keskustelemaan joidenkin asiakkaiden kanssa myös melko henkilökohtaisista asioista, joita päiväryhmässä ei yleensä käsitelty.

" -- mut puhuttiin tos muutaman kans tässä näin ihan näist, koska tääl ei oo yleensä käsitelty näitä vaikeimpia aiheita ollenkaan. Niin, et täs sit jokunen on, jonka kans voi puhuu."

Kokemus vertaistuesta saattoi vaihdella myös asiakkuuden eri vaiheissa. Kaksi haastatelluista kertoi saaneensa vertaistukea erityisesti asiakkuutensa alkuvaiheessa. Ryhmän jäsenten vaihtuessa oli myös kokemus vertaistuesta hieman muuttunut. Toinen näistä haastatelluista nosti esille sen, ettei kokenut samanlaista yhteenkuuluvuutta uuden ryhmän kanssa, sillä hän tunsikin olleensa kuntoutumisessa hieman erilaisessa vaiheessa.

Vertaistuellia koettiin yleisesti olevan suuri merkitys kuntoutumisessa ja ryhmäläisistä oli tärkeää, että muut ymmärsivät heidän kokemuksiaan. Osan mielestä vertaistuki oli ollutkin tärkeä voimaantumisen lähde.

”Siis sillähän on hirvee merkitys. Just siinä, et saa periaattees purkaa itteensä kuitenkin. [--] Se on periaattees terapiaa siinäkin.”

”No huomaa sen, et sä et oo yksin.”

Eräs haastateltavista kertoi ajatelleensa, että oli yksin omien tunteidensa kanssa, kunnes oli päiväryhmässä huomannut monien ihmisten jakavan hänen kokemuksensa ja ajatuksensa.

”Ku mä oon aina luullu, että minä olen yksin näitten asioitten kanssa. Sit huoma-sinki, et en oookkaan. Et tääl oli monta ihmistä, jonka kanssa mulla oli ihan samat elämäntilanteet.”

Asiakkaista oli tärkeä huomata, ettei ole ongelmien kanssa yksin. Vertaiskokemukset auttoivat oman tilanteen hyväksymisessä ja vähensivät kokemusta toiseudesta. Yksi asiakkaista kertoi, että kokemukset vertaisuudesta olivat auttaneet vapautumaan sairauteen liittyneestä häpeän tunteesta.

7.6 Päiväryhmätoiminnan päättymiseen liittyvät kokemukset

Olimme kiinnostuneita kuulemaan asiakkaiden näkemyksiä siitä, miten he ajattelevat arkensa muuttuvan päiväryhmätoiminnan päättymisen myötä. Kysyimme myös, miltä päiväryhmätoiminnan päättymisen haastateltavista tuntui ja minkälaisia ajatuksia se heissä herätti. Kaikki haastateltavat pitivät päiväryhmätoiminnan päättymistä harmillisena ja kertoivat jäävänsä ikävöimään sitä. Haastateltavat kertoivat myös, että olisivat halunneet vielä jatkaa ryhmässä. Riihenajan päiväryhmätoiminnalle toivottiinkin kovasti jatkoa.

”No kyllä tulee vähän ikävä.”

”Kyl mä oisin mielellään jatkanut tätä toimintaa.”

”Tavallaan vähän surullinen, ku mä oisin halunnu viel jatkaa täällä. Se nyt ei oo mahollista.”

”Musta se on sääli. -- mä en oikeen tiedä mitä mä oikeen ajattelen.”

Tieto päiväryhmätoiminnan päättymisestä herätti haastateltavissa monenlaisia tunteita, kuten epävarmuutta, surua, ahdistusta ja epätoivoa.

”Tosi masentavii [ajatuksia]. Et mullehan tää oli nyt siis ainakin pienen shokki.”

”Siis mähän ahdistuin ihan hirveesti [--] Niin siis must tuntu, et se oli maailman-loppu. [--] Mutta nyt on tässä saanu sit kaks kuukautta silleen miettimisaikaa, ni kyl mä nyt jo vähän – Niinku alkaa hyväksyy, mutta kyl mä niin toivon, että tää

joskus taas jatkuis. [--] Pitää mennä eteenpäin -- Mut tää on ihan kauheeta. Siis mä tykkään olla täällä.”

Tilanne saattoi tuntua asiakkaista myös epäoikeudenmukaiselta.

”Mä oon vihanen, että tää loppuu. Mä oon tosi vihanen.”

”Et kyllä mä pärjään, mutta kyllähän se semmonen pieni takaisku on. [--] Kyllähän se vähän nyt tuntuu katkeralta.”

” -- ihan sillä lailla pärjailen kyllä, mutta en voi kuin pyöritellä päätäni, et miten ne voi tehdä näin, mut ku se on ne eurot, niin ne on ne eurot.”

Haastateltavien mielestä mielenterveyspalveluista ei pitäisi säästää. Tyrmistystä herätti erityisesti se, että Riihenajan kaltaisesta päiväryhmätoiminnasta luovutaan, vaikka heidän kokemuksensa mukaan kaupungilla ei ole tarjota tilalle vastaavaa palvelua.

”Vantaan kaupunki säästää mun mielestä ihan väärästä.”

”Et sehän se on, ku täällä Vantaalla ei oo.”

”Niitä vaihtoehtoja ei oo hirveen paljon.”

”No ensinnäkin must on aivan järkyttävää, et Vantaan kaupunki luopuu tämmöses-tä toiminnasta, koska ei heillä oo tarjota tilalle mitään vastaavaa. [--] Ja musta tää on ollu erittäin laadukasta tää tarjonta täällä, et se on ihan älytöntä.”

Kilpailutuksen tulokset myös ihmetyttivät, sillä Riihenajan päiväryhmätoimintaa pidettiin yleisesti laadukkaana palveluna. Eräs haastateltavista myös huomautti, ettei kaikkein edullisin palvelu ole välttämättä asiakkaan kannalta kaikkein laadukkainta.

”Joo, loppuhuipentumana voin sanoo, että hyvää ei saa halvalla. Terveisiä Vantaan kaupungille. (nauraa)”

Eräs toinen henkilö painotti useaan otteeseen, ettei päiväryhmätoiminta olisi saanut loppua, sillä hän koki saaneensa päiväryhmätoiminnasta paljon apua. Haastateltava arveli myös, että osa avun tarvitsijoista tulee jäämään tarvitsemiensa palveluiden ulkopuolelle päiväryhmätoiminnan päättyttyä.

”Siis mun mielest se on sääli. Mun mielest tän pitäis jatkaa, koska mä sain täältä niin paljon apua. [--] Et ihmiset tarttee sitä apua, mut nyt kun tää loppuu, niin ei ne saa.”

Haastateltavat arvelivat päiväryhmätoiminnan päättymisen tuovan arkeen omanlaisiaan haasteita. Haasteiden arveltiin liittyvän erityisesti normaalin päivärytmin ylläpitämiseen. Osa asiakkaista arvelikin, ettei pysty säilyttämään yhtä säännöllistä elämänrytmiä päiväryhmätoiminnan päättymisen jälkeen.

"Et sillä lailla nyt muuttuu, että ei oo sitä säännöllistä viikkorytmiä. Et se jää pois."

"Se tuo omat haasteensa tohon mun arkeen, ku mä en mee tavallaan semmosta tiettyä rytmiä."

Yhden haastateltavan mukaan surullista oli myös eräänlaisen turvasataman poistuminen.

"-- henkilökohtaisesti mä pystyn pyörittämään arkee. Ei mulle oo tää sellanen välttämättömyys. Et ei mun maailma romaha, jos tää nyt kuukauden päästä loppuu. Mut kyllä se jättää aukon. Ja kyllä mua harmittaa, että tavallaan yks semmonen turvasatama, turvallinen paikka tavallaan poistuu."

Osa asiakkaista koki pystyvänsä hallitsemaan arkea itsenäisesti, mutta toisille asiakkaille toiminnan päättyminen merkitsi arjen kannalta melko suuriakin muutoksia.

"Jollekin muulle se on ehkä kriittisempi asia, mut mulle se ei ole. Mä sairaudestani huolimatta pystyn pyörittämään mun arkeani ja pystyn selviytymään arjessa."

Päiväryhmätoiminnan asiakkaita oli ohjattu erilaiseen kuntouttavaan ja aktivoivaan toimintaan. Joillakin asiakkailla kuntoutukseen liittyvät jatkosuunnitelmat olivat kuitenkin vielä avoinna, ja jatkoon liittyvä epätietoisuus herätti joissakin asiakkaissa ahdistusta ja huolta. Ryhmän hajaantuminen tuntui myös ikävältä, sillä useat haastateltavat kertoivat kiinnittyneensä erityisesti juuri tähän ryhmään. Ehdotetusta jatkokuntoutuksesta ei myöskään aina oltu kovin innoissaan. Asiakkaat kertoivat kuitenkin pohtineensa paljon erilaisia vaihtoehtoja päiväryhmätoiminnalle. Tästä huolimatta useiden haastateltavien näkemys oli, ettei tarjolla ole omaan tilanteeseen hyvin soveltuvaa aktivoivaa ja kuntouttavaa toimintaa. Haastateltavien joukosta löytyi kuitenkin myös niitä, jotka kokivat, että vastaavaa ja mielekästä toimintaa oli saatavilla.

"No, mä oon suunnitellu tai ajatellu sillä lailla, että vaik nyt tietysti ikävä, että täältä hajaantuu tää ryhmä, kun täällä on näit tuttuja ihmisiä. Mut sitten täs on näitä muitakin paikkoja, mihin mä mahdollisesti sitten menisin. [--] Mut oishan tätäkin mielellään jatkanut, mutta kyl mä nyt yritän jotain keksii tähän."

"-- mä en oo kauheen innostunut tosta jatkosta, mitä on nyt mulle ehdotettu. "

Asiakkaat pitivät päiväryhmätoimintaa itselleen sopivana toimintamuotona, eikä esimerkiksi kuntouttava työtoiminta ollut asiakkaille usein mahdollinen tai realistinen vaihtoehto. Ammatillinen tuki oli asiakkaille tärkeää vertaistoiminnassa, joten myöskään vertaisryhmiä, joissa ei ollut samalla tavoin henkilökuntaa, ei nähty aina hyvinä vaihtoehtoina Riihenajan päivätoiminnalle.

"Ei mua tässä vaiheessa kauheesti kiinnosta. Ja mä oon ymmärtäny, et ne on enemmänki vertaisryhmiä, että siellä ei oo varmasti tämmöstä henkilökuntaa, kun täällä on. Et siel toimitaan aika pitkälle ihan keskenään."

Joillekin asiakkaille uuteen toimintaan osallistuminen vaikutti olevan suuren kynnyksen takana. Tutusta ryhmästä irtaantuminen saatettiin kokea vaikeana ja osa asiakkaista arveli myös uuteen toimintaympäristöön ja -ryhmään sopeutumisen olevan hankalaa. Asiakassuhteen katkeaminen saattoi myös heikentää luottamusta palvelujärjestelmään ja kuntoutumisen mahdollisuuksiin. Useissa asiakashaastatteluissa tuotiin voimakkaasti esiin huoli omasta pärjäämisestä ilman päiväryhmätoimintaa. Eräs haastateltava kuvasi päiväryhmätoiminnan päättymiseen liittyvää huoltaan näin:

"-- tää on silleen ollu kuitenkin henkireikä, et mulla jää kyl kauheen paljon. Et ku mul oli täs semmonen pieni väli, et mul ei ollu sitä sopimusta. Siis se oli ihan hirvee masennus, mikä mulle tuli sen jälkeen. Ni mä en oikeestaan päässy välil yhtään mihinkään lähtee. Et jos siihen paluuta, mitä mul oli ennen tänne tuloa, ni se on aika huono."

Osa asiakkaista myös kertoi, ettei toiminnassa oltu vielä ehditty päästä haettuihin tavoitteisiin.

"Mut ei nyt sit päästy tavoitteeseen kuitenkaan. Se on vieläki kesken."

"Tää nyt loppu ikävästi kesken, ni pelkään vaan sitä, ettei tuu silleen takapakkii. Mut täytyy toivoo kuitenkin, et se ei nyt mee ihan hukkaan."

8 Eettiset kysymykset ja luotettavuus tutkimusprosessin eri vaiheissa

Noudatimme tutkielmassamme Tutkimuseettisen neuvottelukunnan eettisiä ohjeita ja hyvän tieteellisen käytännön periaatteita. Olimme sitoutuneet kaikilta osin tutkielmamme teossa näiden periaatteiden noudattamiseen. Tässä luvussa tarkastelemme opinnäytetutkielman luotettavuutta ja pohdimme eettisiä kysymyksiä opinnäytetyöprosessin eri vaiheissa.

Haastattelututkimuksen toteuttamiseen liittyy monenlaisia eettisiä näkökohtia. Laadullisessa tutkimuksessa eettisyys on erittäin tärkeässä asemassa ja suoraan kontaktiin perustuvissa haastattelututkimuksissa nämä näkökulmat näyttäytyvät eritoten hyvin moninaisina. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 19; Salmela 1997, 104.) Tutkimusprosessin eri vaiheisiin liittyy aina eettisiä ratkaisuja. Olennaiset tutkimuseettiset kysymykset liittyvät informointiin perustuvaan suostumukseen, luottamuksellisuuteen ja yksityisyyteen sekä tutkimuksen seurauksiin. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 19-20.) Luvussa tarkastellaan ensin haastateltavien informointiin ja suostumukseen liittyviä asioita, jonka jälkeen käsittelemme itse haastattelutilanteeseen liittyviä eettisiä näkökohtia. Seuraavaksi luvussa pohditaan haastateltavien valintaan ja saadun aineiston luotettavuuteen liittyviä kysymyksiä. Luottamuksellisuuteen ja yksityisyyden suojaan liittyviä

asioita on selvennetty seuraavassa alaluvussa. Viimeisenä luvussa avataan analyysin luotettavuuteen liittyviä seikkoja.

8.1 Haastateltavien informointi ja suostumuksen saaminen

Luottamuksellisuuteen liittyvät kysymykset ovat mahdollisesti tärkeimpiä tutkimuseettisiä kysymyksiä, jotka esiintyvät tutkimuksen joka vaiheessa. Suunnitelmavaiheen eettisiin periaatteisiin kuuluu myös tutkimuksen luottamuksellisuuden takaaminen ja haastateltavien kohdehenkilöiden suostumuksen saaminen. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 19-20.) Haastattelijan tärkeänä velvollisuutena on varmistaa, että palautteenantajat ovat tietoisia siitä, miten heidän yksityisyyttään suojataan ja mihin tarkoitukseen aineistoa kerätään (Salmela 1997, 104-105).

Tutkittavien informointi on hyvin keskeinen tutkimuseettinen periaate. Se on erityisen tärkeää tutkimusprosessin läpinäkyvyyden, itsemääräämisoikeuden ja luottamuksellisuuden kannalta. (Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja 2014b.) Tutkijan tehtävänä on varmistaa, että tutkittavat osallistuvat tutkimukseen vapaaehtoisesti sekä tietoisina tutkimuksen ja aineistonkeruun tarkoituksesta ja toteuttamistavoista (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, 6-7).

Tutkittaville tulisi aina antaa informaatiota tutkimuksen aiheesta ja tarkoituksesta, aineistönhankinnan toteuttamistavoista ja tutkimukseen kuluva ajasta, yksityisyyden suojasta, aineiston käyttötarkoituksesta, säilyttämisestä ja mahdollisesta jatkokäytöstä sekä tutkimuksen vapaaehtoisuudesta (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, 6-7). Se, että tutkittavia on informoitu huolella tutkimusaineiston hyödyntämiseen ja säilyttämiseen liittyvistä seikoista, lisää tutkittavien luottamusta siitä, että heidän antamia tietoa käytetään vastuullisesti vain tutkimustarkoituksessa (Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja 2014b).

Pidimme huolta itsemääräämisoikeuden toteutumisesta opinnäytetutkielmassa. Haastatteluun osallistuminen oli päiväryhmätoiminnan asiakkaille täysin vapaaehtoista. Haastatteluissa toimittiin asiakkaan ehdoilla ja korostimme sitä, ettei haastateltavien tarvinnut vastata liian henkilökohtaisilta tuntuviin kysymyksiin. Osallistujilla oli oikeus kieltäytyä tutkimukseen osallistumisesta missä vaiheessa tahansa.

Tutkimukseen osallistujat olivat tutustuneet saatekirjeeseen jo ennen haastatteluiden alkua. Saatekirjeessä on annettu tietoa muun muassa tutkimuksen aiheesta ja tarkoituksesta, aineistönhankinnan toteuttamistavasta ja aineiston käyttötarkoituksesta sekä yksityisyyden suojasta (ks. liite 1. saatekirje). Varmistimme haastattelun alussa, että jokainen haastatteluun osallistuva on tutustunut saatekirjeeseen ja on tietoinen tutkimuksen tavoitteesta, kerättävän aineiston käyttötarkoituksesta ja yksityisyyden suojasta. Haastattelun alkuun oli varattu aikaa,

jolloin asiakas saattoi vielä kertaalleen tutustua saatekirjeen sisältöön ja esittää opinnäytetyöhön liittyviä kysymyksiä. Ennen haastattelun alkua pyysimme tutkimukseen suostuneilta asiakkailta kirjallisen suostumuksen haastatteluun ja aineiston käyttöön erillisellä suostumuslomakkeella (ks. liite 2. suostumuslomake).

Haastattelut nauhoitettiin haastateltavan suostumuksella. Kysyimme osallistujien lupaa haastattelun nauhoittamiselle ennen haastattelun alkua. Haastattelujen nauhoittamista perusteltiin asiakkaille, mutta samalla kuitenkin korostimme, että asiakkailta oli oikeus kieltäytyä haastattelun nauhoittamisesta. Kaikki haastatteluun osallistuneet suostuivat haastattelun nauhoittamiseen, mikä helpotti huomattavasti aineiston keräämistä ja analysointia. Haastattelujen nauhoittaminen oli myös analyysin luotettavuuden kannalta tärkeä asia.

8.2 Aineistonkeruun eettisyys ja luotettavuus

Koimme haastatteluun osallistuneiden henkilöiden kertoneen kokemuksistaan ja näkemyksistään varsin avoimesti haastattelutilanteessa. Haastateltavat esittivät myös kriittisiä näkemyksiä ja useat toivat haastatteluissa ilmi myös arkaluonteisia asioita. Tästä päätellen olimme onnistuneet luomaan suhteellisen avoimen ja luottamuksellisen ilmapiirin haastattelutilanteeseen. Opinnäytetyössä ei ollut kuitenkaan tarkoitus kartoittaa asiakkaiden henkilökohtaista tilannetta, vaan asiakkaiden subjektiivisia kokemuksia ja näkemyksiä päiväryhmän toiminnasta ja sen koetusta merkityksestä. Tämä lähtökohta mahdollisesti madalsikin tutkimukseen osallistumisen kynnystä haastateltavilla. Prosessin eri vaiheissa tarkastelimme myös tutkielman motiivia ja toteutustapaa haastatteluun osallistuneiden, yleisen kohdejoukon ja työelämäorganisaation näkökulmasta. Pyrimme myös haastatteluissa mahdollisimman sensitiiviseen lähestymistapaan. Kysymyksenasetteluja ja teemahaastattelurunkoa yritettiin pohtia tarkkaan sensitiivisyyden kannalta, jotta kysymykset eivät tuntuisi asiakkaista loukkaavilta tai liian henkilökohtaisilta.

Pyrimme olemaan haastattelutilanteissa riittävän objektiivisia. Pyrimme myös tiedostamaan omat ennakkokäsityksemme ja esioletuksemme, jotta emme tulisi ohjailleeksi haastattelutilannetta omien näkemystemme suuntaisesti. Tarkoitukseton ja tiedostamaton vaikuttaminen haastattelun kulkuun on kuitenkin aina mahdollista, sillä esimerkiksi se, miten muotoilemme haastattelukysymykset ja myös se, miten vastaamme haastateltavan puheeseen, voivat johdella haastateltavien vastauksia tietynlaiseen suuntaan. Koska kysymistapa voi vaikuttaa saatuihin vastauksiin, pyrimme kysymyksenasetteluihin, jotka antaisivat mahdollisimman paljon tilaa haastateltavan omalle äänelle ja dialogille.

Haastatteluteemoja kartoitettiin teeman sisältöön liittyvin avoimin kysymyksin. Haastatteluteemoja saatettiin kartoittaa hieman erilaisilla kysymyksenasetteluilla, mutta lähtökohtaisesti

haastatteluteemoja avaavat kysymykset käytiin jokaisen haastateltavan kanssa läpi. Haastatteluteemoja ei myöskään kaikissa tapauksissa käyty läpi haastattelurungon mukaisessa järjestyksessä, jotta vuorovaikutus haastattelutilanteessa säilyisi mahdollisimman luonnollisena. Halusimme myös antaa haastateltaville tilaa haastattelurungon ulkopuolelta nousevien kokemusten ja näkemysten käsittelemiseen kuitenkin sillä edellytyksellä, että teemarakenne pysyisi riittävästi hallinnassa.

8.3 Haastateltavien valinta ja aineiston tarkastelu

Laadullisessa tutkimuksessa kohdehenkilöiden valinta ei yleensä perustu satunnaisotokseen, vaan tutkimusjoukko valitaan tutkittavan ongelman ja tutkimusstrategian kannalta tarkoituksenmukaisella tavalla. Laadullisen tutkimustavan mukaan tapaukset nähdään aina ainutkertaisina, jolloin myös analyysiltä edellytetään yksilökohtaista aineistontulkintaa. (Hirsjärvi ym. 2010, 164.) Laadulliselle tutkimukselle on siis ominaista aineiston perustuminen verrattain pieneen määrään tapauksia. Laadullisen tutkimuksen onnistumisella onkin vain harvoin välitön yhteys tutkimusaineiston kokoon, sillä laadullisen tutkimuksen keinoin pyritään tilastollisten yleistysten tuottamisen sijaan ilmiöiden kuvantamiseen ja sen mekanismien ymmärtämiseen sekä teoreettisesti kestävien tulkintojen tuottamiseen tutkittavasta ilmiöstä. (Eskola & Suoranta 2003, 61-62.)

Laadullisessa tutkimuksessa aineiston määrään liittyvänä lähtökohtana pidetään kuitenkin usein aineiston kylläntymisen eli saturaation periaatetta, joka perustuu siihen, etteivät uudet tapaukset tuo enää uudenlaista tietoa aiemmin kerättyyn havainto- tai haastatteluaineistoon tutkimusongelman ratkaisemiseksi. Sitä, milloin aineisto saavuttaa saturaatiopisteensä voi toisinaan olla vaikea määritellä etukäteen, jonka vuoksi sitä onkin tarkkailtava tutkimusprosessin edetessä. (Eskola & Suoranta 2003, 62-63.) Opinnäytetyössä ei kuitenkaan voida pyrkiä tutkimusaineiston saturaation saavuttamiseen samalla tavoin kuin laajemmissa tutkielmissa. Tavoitteenamme oli alun perin haastatella kymmentä päiväryhmätoiminnan asiakasta, mutta haastatteluista toteutui lopulta kahdeksan. Vaikka tämän kokoisen aineiston kohdalla ei usein voida puhua aineiston saturaatiosta, saadaan kuitenkin haastattelujen perusteella arvokasta tietoa ja uudenlaisia näkökulmia palvelusta käytännön työn kehittämisen tueksi.

Päiväryhmätoiminnan muuttunut tilanne asetti joitakin haasteita opinnäytetyön toteuttamiselle. Opinnäytetyön toteuttaminen ilman Riihenajan ja ensisijaisena työelämäohjaajana toimineen päiväryhmätoiminnan työntekijän tukea olisikin ollut hyvin vaikeaa. Tarkoituksenamme oli ollut, että rekrytoisimme itse päiväryhmätoiminnan asiakkaita haastatteluun, jotta osallistuvissa asiakkaissa ei tulisi epätarkoituksenmukaista valikointia. Halusimme kuitenkin myös tehdä ilmoittautumisen asiakkaille mahdollisimman helpoksi. Pohdimmekin, että ilmoit-

tautuminen puhelimitse tai sähköpostin välityksellä meille suoraan olisi saattanut nostaa merkittävästi haastatteluun osallistumisen kynnystä. Kun kuulumme, että päiväryhmätoiminta tulee päättymään alkuvuodesta, jonka vuoksi asiakkaiden saaminen haastatteluihin saattaisi olla hankalampaa, oli selkeästi järkevintä, että päiväryhmätoiminnan työntekijät auttaisivat meitä asiakkaiden rekrytoinnissa. Koska asiakkaiden valikointi ei sen hetkisessä tilanteessa ollut mahdollista, arvioimme, ettei tästä koituisi varsinaista haittaa tutkielman luotettavuudelle.

Tulosten luotettavuutta pohtiessa oli mielestämme aiheellista kiinnittää huomiota myös siihen, onko päiväryhmän ulkopuolisilla tekijöillä ollut mahdollisesti vaikutusta toiminnasta koettuun hyötyyn. Monilla asiakkailla saattoi esimerkiksi olla päiväryhmätoiminnan lisäksi myös muunlaisia tukipalveluita. Asiakkaiden saattoikin olla vaikea arvioida päiväryhmän merkitystä ja hyötyä irrallaan muusta tuki- ja kuntoutusverkostosta. Kuitenkin vain haastateltava itse voi arvioida palvelun yksilöllistä merkitystä ja koettuja vaikutuksia.

Aineistoa tarkasteltaessa ja luotettavuutta pohdittaessa kiinnitimme huomiota myös muunlaisiin tekijöihin, jotka saattoivat vaikuttaa tuloksiin. Tieto päiväryhmätoiminnan päättymisestä saattoi esimerkiksi vaikuttaa joidenkin asiakkaiden motivaatioon osallistua haastatteluun. Kokemus vaikuttamisesta olikin päiväryhmän positiivisesti kokeneille asiakkaille tärkeää. Tämä herätti kuitenkin kysymyksen siitä, vaikuttivatko toiveet päiväryhmätoiminnan jatkumisesta kriittisten kokemusten ja näkemysten esittämiseen haastattelutilanteessa. Aineiston perusteella vaikutti kuitenkin siltä, ettei näillä toiveilla olisi ollut erityistä merkitystä aineiston luotettavuuden kannalta. Tätä pohtiessa kuitenkin herää myös kysymys siitä, onko asiakkaiden mahdollisesti tuntema kiitollisuus tai lojaalisuus ohjaajia ja ryhmää kohtaan voinut vaikuttaa siihen, minkälaisia kokemuksia haastattelutilanteessa tuodaan ilmi.

On myös mahdollista, että haastatteluihin osallistui herkemmin toiminnassa aktiivisesti mukana olleita asiakkaita. Tämän vuoksi pohdimme sitä, onko todennäköistä, että tämä liittyisi siihen, minkälaisia kokemuksia asiakkailla päiväryhmätoiminnasta on. Nähdäksemme saattaa kuitenkin olla mahdollista, että aktiivisemmilla asiakkailla on ollut positiivisempia kokemuksia toiminnasta. Jos haastateltaviksi olisi saatu myös toiminnan keskeyttäneitä tai siihen heikommin sitoutuneita asiakkaita, olisimme voineet saada hieman poikkeavia tuloksia. Näiden asiakkaiden tavoittaminen olisi kuitenkin ollut haastavaa päiväryhmätoiminnan sen hetkisessä vaiheessa. Toisaalta haastattelemamme asiakkaat toivat kuitenkin varsin avoimesti esiin myös kriittisiä näkökulmia, jonka perusteella voidaan arvella tulosten kuvaavan ja mukailevan jokseenkin myös asiakkaiden yleisiä kokemuksia.

Koimme saaneemme kaikesta huolimatta monipuolisen aineiston, sillä haastattelemillamme asiakkailla oli monenlaisia näkemyksiä ja kokemuksia toiminnasta. Haastateltavat muodostivat myös melko heterogeenisen joukon, joka mukaili jokseenkin myös suurempaa kohdejouk-

koa. Haastatteluun osallistui eri-ikäisiä miehiä ja naisia, joiden asiakkuuden kesto ja intensiteetti vaihtelivat. Haastateltavien päiväryhmätoiminnan tarve ja elämäntilanteet vaihtelivat myös melko suuresti.

8.4 Luottamuksellisuus ja yksityisyyden suojaaminen

Yksityisyyden suoja on hyvin keskeinen eettinen normi, josta on myös säännelty Suomen perustuslaissa. Yksityisyyden suojaan liittyy kerätyn aineiston suojaamiseen ja luottamuksellisuuteen, aineiston säilytykseen tai hävittämiseen ja tutkimustulosten julkaisemiseen liittyviä eettisiä periaatteita. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, 8.) Yksityisyyden suojaan liittyviä asioita on arvioitava aina huolella ja tapauskohtaista harkintaa käyttäen ennen tutkimustulosten julkaisemista (Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja 2009; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, 11). Tutkijan on aina huolehdittava siitä, ettei tutkimustulosten julkaisemisesta aiheudu tutkittaville henkilöille vahingollisia seurauksia (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, 8). Kerättyä tutkimusaineistoa voidaan käyttää ja luovuttaa vain tutkimustarkoitukseen ja aineistoa voidaan hyödyntää vain sitä koskevien käyttöedellytysten ja käyttötarkoituksen sekä vaitiolovelvollisuuden periaatteen sallimissa rajoissa (Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja 2009).

Haastatteleamalla kerättyä aineistoa ei ole käytetty muuhun tarkoitukseen kuin opinnäytetyömme aineistona. Haastattelut ja aineistot ovat olleet pelkästään meidän käytössämme, ja kaikki haastattelut ja aineistot tullaan hävittämään heti opinnäytetyön valmistumisen ja hyväksymisen jälkeen. Yksityisyyden suojasta on huolehdittu aina aineistoa käsiteltäessä ja tutkimustuloksia raportoidessa. Haastatteluun osallistuneiden antamia tietoja on käsitelty aina ehdottoman luottamuksellisesti niin, ettei henkilöllisyyden tunnistaminen ole ollut mahdollista. Opinnäytetyöhön kerättyä aineistoa ei ole luovutettu tai tulla luovuttamaan muuhun käyttöön, eikä sitä tulla säilyttämään muunlaista tarkoitusta varten. Kaikki haastatteluaineisto tullaan hävittämään heti, kun sitä ei enää tarvita opinnäytetyöhömmme.

Haastatteluun osallistuneilta kerättiin tutkimuksen kannalta vain välttämättömät taustatiedot. Opinnäytetutkielmaan ei kerätty asiakkailta myöskään suoria tunnistetietoja. Osallistujien taustatietoina kartoitettiin sukupuoli, syntymävuosi, aiemmat kokemukset vastaavanlaisesta päiväryhmätoiminnasta sekä Riihenajan päiväryhmätoiminnan asiakkuuden kesto ja intensiteetti. Kerättyjen taustatietojen pohjalta muodostettiin karkea yleiskuvaus haastateltavien joukosta. Haastateltavien yksityisyyden varmistamiseksi emme ole tuoneet tutkielmassa ilmi taustatietoihin liittyviä jakaumia, vaan taustatietojen perusteella lasketun keskiarvon.

Sitaattien valinnassa on pyritty käyttämään huolellista harkintaa tunnistettavuuden välttämiseksi ja sensitiivisyyden säilyttämiseksi. Epäsuorat tunnisteet tai arkaluontoiseksi tulkittu

tieto jätettiin pois tai häivytettiin suorista aineisto-otteista. Tunnistekoodit poistettiin opinnäytetyöhön valituista aineistokatkelmista, jotta yksittäisten henkilöiden aineisto-otteiden perusteella ei olisi pääteltävissä haastateltavan henkilöllisyyttä. Edellä mainitun mukaisesti emme myöskään paljasta haastatteluun osallistuneiden ikäjakaumaa. Opinnäytetutkimuksen ikäjakauma oli kuitenkin varsin suuri, mikä toi vaihtelevuutta saatuihin vastauksiin.

8.5 Analyysin luotettavuus

Kvalen [1996] mukaan tutkimuksen analyysivaiheessa eettiset kysymykset liittyvät aineiston analyysin luotettavuuteen. Aineistonanalyysi edellyttää myös eettisiä ratkaisuja analyysin syvyyden ja kriittisyyden suhteen. Tärkeä tutkimuseettinen velvollisuus liittyy myös tutkimustulosten tieteelliseen todentamiseen. (ks. Hirsjärvi & Hurme 2008, 20.)

Haastattelututkimuksessa ei tutkita niinkään todellisuutta, vaan vastaajien kokemusta todellisuudesta. Tällöin tulee huomioida, että ihminen on erehtyväinen. Haastatteleamalla saatu tieto on aina enemmän tai vähemmän epävarmaa ja epätäydellistä. Virheen mahdollisuus on aina olemassa ja tiedon epätäydelliseen luonteeseen kuuluu, että se muuttuu ajan mukana. Tiedollinen edistyminen kohti totuutta on kuitenkin mahdollista ja nojautuu siihen, että tutkimus perustuu tieteelliseen menetelmään, jossa metodit, tulokset ja päättelysäännöt sijoitetaan julkisesti tiedeyhteisön arvioitavaksi. (Kurkela n.d. b.) Tulkintojen tekeminen on usein laadullisen tutkimuksen ongelmallisoin vaihe, eikä virallisia ohjeita oikeastaan ole olemassa (Kurkela n.d. a).

Tutkimustulosten raportoinnissa pyrimme mahdollisimman suureen tarkkuuteen. Pyrimme välttämään aiheettomien yleistysten tekemistä vastausten pohjalta. Käytimme aikaa aineiston tulkintaan ja analyysiin, jotta virheellisiltä tulkinnoilta välttyttäisiin. Kokemusten käsitteellistäminen oli toisinaan haastavaa, ja aineiston tulkinta osoittautuikin laadullisen tutkimuksen haasteellisimmaksi vaiheeksi, sillä kuten edellä on todettu, voidaan aineistoa tulkita hieman eri tavoin ja virheen mahdollisuus on aina olemassa. Pyrimme tarkastelemaan aineistoa avoimin silmin ja välttämään analyysin rakentumista tietoisten esioletusten ja hankitun teorian varaan. Tutkimusaineiston ja -tulosten hahmottaminen edellytti haastatteluaineksen tarkkaa prosessointia ja luokittelua. Opinnäytetyön keskeiset tulokset hahmottuivatkin vähitellen ja tulokset tarkentuivat useaan otteeseen ennen lopullisten tutkimustulosten muodostumista.

Hyödynsimme opinnäytetyössä paljon aineisto-otteita, sillä ne tuovat mielestämme tärkeää objektiivisuutta ja läpinäkyvyyttä aineiston analyysiin. Pyrimme myös perustelemaan tutkimusasetelmaa koskevia valintoja, jotta opinnäytetyön lukijan on mahdollista arvioida meto-

dologisia valintoja sekä osittain myös tutkimustuloksia ja niiden pohjalta muodostettuja johtopäätöksiä.

Tutkielman tulokset antoivat suuntaa mielenterveyskuntoutujille suunnatun päivätoiminnan merkityksestä. Opinnäytetyöprosessin aikana selvisi, että varsinaista tieteellistä tutkimusta on mielenterveyskuntoutujien päivä kuntoutuksista tehty hyvin vähän. Tarkastellessamme tuloksia aiheesta löydetyt tutkimustiedon tai sitä sivuavan teorian tiedon valossa huomasimme kuitenkin tuloksissa paljon yhtäläisyyksiä. Tämän perusteella aineistosta saadut tulokset ja johtopäätökset voivat myös olla teoreettisesti yleistettävissä tai siirrettävissä muihin vastaavanlaisiin tutkimuskonteksteihin. Mielenterveyskuntoutujien erilaisesta päiväkeskustoiminnasta on myös tehty jonkin verran opinnäyte- ja pro gradu -tutkielmia. Vaikka opinnäytetöitä ja pro gradu -tutkielmia ei voida käyttää tutkielman teoria-aineistoina, havaitsimme myös muiden saaneen samansuuntaisia tuloksia tutkimusaiheesta vastaavanlaisia päivätoiminnan muotoja tutkiessaan.

9 Johtopäätökset ja tulosten yhteenveto

Opinnäytetutkielman tarkoituksena oli kartoittaa Riihenajan asiakkaiden kokemuksia ja näkemyksiä mielenterveyskuntoutujien päiväryhmätoiminnasta. Opinnäytetyössämme pyrimme vastaamaan kolmeen tutkimuskysymykseen, jotka olivat:

- 1) Millaisia yleisiä kokemuksia asiakkailla on Riihenajan päiväryhmätoiminnasta?
- 2) Millaisena asiakkaat kokevat Riihenajan päiväryhmätoiminnan merkityksen?
- 3) Miten Riihenajan päiväryhmätoiminnan asiakkaat olisivat kehittäneet toimintaa?

Näitä selvitettiin kolmen tutkimuskysymyksistä johdetun pääteeman kautta. Tutkimusaihetta olisi voitu kartoittaa myös muunlaisin kysymyksenasetteluin, sillä tutkimuskysymykset voidaan nähdä osittain päällekkäisinä. Tutkimuskysymykset ja teemat kuitenkin tukivat toisiaan ja toivat uudenlaista näkökulmaa tutkimusaiheen tarkasteluun.

Opinnäytetutkielman teoreettinen viitekehys kietoutui mielenterveysongelmien ja osattomuuden, sosiaalisen kuntoutuksen, mielenterveyskuntoutuksen ja osallisuuden sekä sosiaalisen pääoman ja ryhmämuotoisen kuntoutustoiminnan teemojen ympärille. Opinnäytetutkielman teoriaosuudessa käsiteltiin lisäksi elämänhallinnan, voimaantumisen ja toimintakyvyn käsitteitä sekä yhteisöllisyyden ja vertaisuuden merkitystä. Käsittelimme myös mielenterveysongelmia ja kuntoutumista yhteisöllisiin suhteisiin liittyvänä identiteettikysymyksenä. Teoreettisessa viitekehyksessä käsittelemämme teemat nousivat esiin myös opinnäytetutkielman aineistossa. Tässä tutkielmamme päättävässä yhteenveto- ja johtopäätösluvussa tarkastelemme tutkielman keskeisiä tuloksia ja niiden yhteyttä aiemmin esitettyyn tietoperustaan.

9.1 Asiakkaiden yleiset kokemukset päiväryhmätoiminnasta

Ensimmäisen teeman tarkoituksena oli kartoittaa yleisiä päiväryhmätoimintaan liittyviä kokemuksia toiminnan merkityksen tarkastelun tueksi. Ensimmäisessä teemassa selvitettiin päiväryhmätoiminnassa aloittamiseen ja siellä käymiseen liittyviä yleisiä kokemuksia sekä päiväryhmätoiminnan sisältöön, ohjaajien toimintaan, toimintaympäristöön ja ilmapiiriin liittyviä kokemuksia.

Haastateltavien tieto päiväryhmätoiminnan sisällöstä oli ollut vähäistä ennen toimintaan tutustumista. Päiväryhmätoiminnassa aloittamiseen oli kuitenkin suhtauduttu avoimesti ja päiväryhmätoiminta oli herättänyt kiinnostusta. Haastateltavat kokivat myös pääsääntöisesti sopeutuneensa ryhmään hyvin. Ryhmässä aloittaminen ja siihen kiinnittyminen herätti erilaisia tunteita ja osa haastateltavista saattoi kuitenkin tuntea jännitystä ja ahdistusta aloituksen yhteydessä. Ohjaajien ja muiden ryhmäläisten vastaanotto koettiin kuitenkin hyvänä ja se

auttoi haastateltavia kiinnittymään ryhmään. Haastatteluiden perusteella päiväryhmätoiminnan ilmapiiri koettiin enimmäkseen myös hyvänä. Ilmapiiriä kuvailtiin luottamuksellisena, suvaitsevaisena, turvallisena ja kodinomaisena. Myös päiväryhmätoiminnan tilat koettiin viihtyisinä, tarkoituksenmukaisina ja pääsääntöisesti riittävän kokoisina.

Suurin osa haastateltavista piti toimintamuotoja suhteellisen mielekkäinä. Opinnäytetutkimuksen perusteella päivätoiminta voi toimia paikkana, jossa on mahdollista löytää omia vahvuuksia, voimavaroja ja saada itseluottamusta. Toiminta mahdollisti myös kokemuksia ja elämyksiä, joihin asiakkaila ei välttämättä olisi muuten ollut mahdollisuutta. Vaikka haastateltavat kokivat päässeensä ainakin jossain määrin vaikuttamaan päiväryhmätoiminnan ohjelmasisältöön, eivät kuitenkaan kaikki toimintamuodot olleet haastateltavien mielestä itselle kovin mielekkäitä. Tällöin toiminnassa nähtiin kuitenkin muita vahvuuksia, kuten toiminnan sosiaalisuus. Haastateltavien mielipiteet mieluisasta ja vähemmän mieluisasta toiminnasta vaihtelivat suuresti, eikä mikään yksittäinen toiminto noussut haastateltavien kokemuksissa kovin selkeästi esiin. Henkilökohtaiset kiinnostuksen kohteet ja mieltymykset vaikuttivat luonnollisesti asiakkaiden mielipiteisiin toiminnasta, mutta myös kokemuksilla omista taidoista oli merkitystä.

Vastausten perusteella toiminta koettiin tasapuolisena ja erilaiset toimintamahdollisuudet pääosin monipuolisina. Toimintaan toivottiin kuitenkin myös lisää vaihtelevuutta, sillä osa haastateltavista koki, että samat aktiviteetit toistuivat liian usein. Vaikka kukaan ei varsinaisesti ilmoittanut pettyneensä toimintaan, oli päiväohjelma herättänyt joissakin asiakkaissa hieman turhautumista. Jotkin toiminnallisesti ja sosiaalisesti passiiviset toiminnot, kuten elokuvien katselu saattoivat myös tuntua tavoitteiden kannalta hieman epätarkoituksenmukaisilta. Erityisesti yhden haastateltavan mielestä aktiviteettien tavoitteita olisi mahdollisesti voitu pohtia tarkemmin.

Asiakastyötä pidettiin yleisesti ottaen laadukkaana. Haastateltavat olivat pääsääntöisesti tyytyväisiä ohjaajien toimintaan, eikä heidän toiminnassa nähty kovin merkittäviä kehittämistarpeita. Järvikosken ja Härkäpään (2004, 159-160) mukaan kuntoutujalähtöinen ja voimavara-keskeinen lähestymistapa edellyttää tasavertaista vuorovaikutusta työntekijän ja asiakkaan välillä. Kuntoutujalähtöisessä toimintamallissa työntekijän ja asiakkaan suhde sisältää yhteistyökumppanuutta, rinnalla kulkemista, voimavarojen ja muutosprosessin tukemista (Kanerva ym. 2012, 100-101, 103). Nämä asiakastyön lähtökohdat näyttivät toteutuneen toiminnassa melko hyvin. Haastateltavien mukaan toiminnassa toteutui asiakkaiden hyvä ja arvostava kohtaaminen, ja asiakkaille muodostui usein merkityksellinen, läheinen ja luottamuksellinen suhde ohjaajiin. Haastattelujen perusteella hyvän asiakassuhteen keskeisiä lähtökohtia olivat olleet välittäminen ja hyväksynnän osoittaminen, kokemus kuulluksi tulemisesta sekä tasavertainen, arvostava ja luottamuksellinen kohtaaminen.

Kohtaamiseen ja oikeanlaiseen lähestymistapaan liittyvät näkemykset nousivat selkeästi esiin omassa tutkielmassamme. Kuten teoriassa tuotiin esille, jokainen vuorovaikutus- ja kohtaamistilanne voi antaa kuntoutujalle tunteen joko voimasta ja toivosta tai voimattomuudesta ja epätoivosta, ja siksi tapa, jolla asiakas kohdataan vaikuttaa olennaisesti kuntoutustyön onnistumiseen (Kettunen ym. 2009, 60; Martti ym. 2003, 4). Kohtaamisen ja kuulluksi tulemisen kokemuksilla voi olla suuri vaikutus ihmisen elämässä, sillä jo pienetkin positiivisesti vahvistavat kokemukset voivat viedä kohti parempaa elämänhallintaa ja osallisuutta (Niiranen 2002, 63). Tämä oli myös opinnäytetutkielmamme kannalta merkittävä tulos. Haastattelujen perusteella asiakkaat kokivat tulleen päivyryhmässä aidosti kohdatuiksi. Tutkielman tulosten perusteella työntekijöiden vilpitön kiinnostus asiakkaita ja heidän elämäänsä kohtaan voi synnyttää kokemuksen välittämistä ja hyväksynnästä. Tuloksista välittyi, että varsin pienetkin yksilöllistä huomion osoittamista ilmentävät asiat vuorovaikutuksessa voivat antaa asiakkaille tunteen välittämistä ja vaikuttaa siihen, millä tavoin vuorovaikutussuhde koetaan. Myös omassa tutkielmassamme huomionarvoista oli, että kuntoutuja määrittää myös itseään ja omaa arvoaan asiakastilanteissa. Asiakkaan ja työntekijän välisessä vuorovaikutuksessa onkin pitkälle kysymys kuntoutujan identiteetin luomisesta, säilymisestä ja tukemisesta. (Kettunen ym. 2009, 60.)

Haastattelujen perusteella tärkeitä tekijöitä asiakastyössä olivat olleet ammattitaitoisuus, asiakas- ja tarvelähtöinen lähestymistapa, yksilöllisyyden ja itsemääräämisen kunnioittaminen, yksilöllinen huomioiminen ja riittävä henkilökohtainen tuki. Henkilökohtainen ohjaus ja keskustelu olivat hyvin merkityksellisiä asioita päiväryhmätoiminnassa ja niiden merkittävyyteen viitattiin aineistossa usein. Ohjaajien toiminta ja henkilökohtainen tuki koettiin pääsääntöisesti kiitettävänä. Vaikka yksilöllisen tuen määrään oltiin pääsääntöisesti tyytyväisiä, nousi joidenkin haastateltavien vastauksissa esiin myös toive yksilökeskustelun lisäämisestä. Yhden haastateltavan mielestä ohjaajat voisivat myös tarjota henkilökohtaista tukea ja neuvontaa asiakkaille vielä aktiivisemmin, sillä apua ja neuvoa ei välttämättä osattu aina pyytää. Eräs toinen haastateltava toivoi ryhmäohjaukseen vielä henkilökohtaisempaa otetta.

Kannustava ja myönteinen palaute kuntoutujan toiminnasta ja yrittämisestä saattaa edesauttaa kuntoutumista (Kettunen ym. 2009, 63). Myös omassa tutkielmassamme saimme tätä vastaavia tuloksia, ja haastattelujen perusteella hyvän asiakassuhteen keskeisiä elementtejä olivatkin olleet juuri asiakkaiden motivoiminen, kannustaminen ja myönteisen palautteen antaminen. Vaikka haastateltavat kokivat, että ohjaajat osasivat tarvittaessa kannustaa osallistumiseen, olivat toiminnan joustavuus ja asiakkaan oman valinnanvapauden kunnioittaminen myös asiakkaille hyvin tärkeitä asioita. Tämän lisäksi asiakastyön vahvuuksina nousi esiin myös palveluohjauksellinen työote, johon kuului tiedon antaminen ja elämänvalinnoissa tukeminen.

Päiväryhmätoiminnan asiakkaat arvostivatkin suuresti myös henkilökunnan laaja-alaista ammattitaitoa ja tukea viranomaisasioissa. Kaikki haastateltavat myös kokivat saaneensa päiväryhmätoiminnan kautta ainakin jossain määrin ohjausta tai tietoa muista palveluista. Asiakashaastatteluissa tärkeänä pidettiin myös ohjaajien helposti lähestyttävyyttä, ryhmänohjaustaitoja, riittävää jämäkkyyttä ja kykyä ratkaista konfliktitilanteita, yhteistyön toimivuutta muiden ohjaajien kanssa sekä huumorin käyttöä.

9.2 Päiväryhmätoiminnan koettu merkitys ja hyödyllisyys

Toisessa teemassa selvitettiin päiväryhmätoiminnan merkitystä ja toiminnasta saatavaa hyötyä. Teemassa tarkasteltiin, miten toiminta on vaikuttanut kuntoutumiseen ja mitkä asiat ovat aikaansaaneet positiivisia muutoksia yksilön elämässä ja voimavaroissa. Toiminnan merkitystä ja toiminnasta saatavaa hyötyä selvitettiin myös asiakkaiden odotusten, henkilökohtaisten tarpeiden ja tavoitteiden sekä toimintaan sitoutumisen kautta. Halusimme myös selvittää, minkälainen merkitys ryhmässä toimimisella ja vertaisuudella oli ollut.

Mielenterveysongelmiin voi liittyä sosiaalista osattomuutta, ja kuntoutujien arkea saattaa luonnehtia toimettomuus ja arjen sisällyksettömyys (Savolainen 2011, 147-148; Martti ym. 2003, 80). Mielenterveysongelmiin voi liittyä myös hyvää elämää turvaavien resurssien, kuten elämänhallinnallisten ja yhteisöllisten voimavarojen ehtymistä (Savolainen 2011, 147-148). Mielenterveysongelmat voivat vaikeuttaa sosiaalisista rooleista selviytymistä, vuorovaikutusta ja sosiaalisten suhteiden ylläpitoa, mikä ohentaa sosiaalista pääomaa ja voi aiheuttaa yksinäisyyden, ulkopuolisuuden ja näköalattomuuden tunteita (Koskisuu 2004, 18-19, 29; Savolainen 2011, 155; Jantunen 2010, 86; Vahtera & Uutela 1994). Mielenterveyskuntoutujien elämää saattavatkin luonnehtia kaventuneet verkostot, vähäinen sosiaalinen osallistuminen sekä myös vaikeus toimia sosiaalisissa suhteissa ja sosiaalisissa tilanteissa. Sosiaalisen kanssakäymisen vaikeudet voivat haitata monenlaisia arjen normaaleja tilanteita ja toisinaan jo kodista poistuminen saatetaan nähdä voimia vaativana.

Harjajärven, Pirkolan ja Wahlbeckin (2006, 21-22) mukaan on mahdollista, että mielenterveysongelmaiset putoavat ensimmäisenä työelämän ja keskeisen sosiaalisen toiminnan piiristä. Tämän vuoksi mielenterveystyössä tarvitaan monipuolisia ihmisten arkeen yhdistettyjä avopalveluja. Itsenäisesti tai tuetun asumisen piirissä asuvat mielenterveyskuntoutujat osallistuvatkin yhä useammin itsenäistä asumista ja kuntoutumista tukevaan sekä virikkeitä tuovaan sosiaaliseen toimintaan (Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 316). Opinnäytetutkielman perusteella päivätoiminta voi toimia tällaisena elämänhallintaa, yhteisöllisyyttä ja osallisuutta edistävänä ja mielekästä arkea tukevana paikkana mielenterveyskuntoutujalle.

Haastateltavien omat tarpeet ja tavoitteet liittyivät suurimmalta osin toimintakyvyn ja elämänhallinnan ylläpitoon ja edistämiseen. Päiväryhmätoimintaan hakeuduttiin myös sosiaalisen toiminnan ylläpidon ja lisäämisen vuoksi. Päiväryhmätoiminnan toivottiinkin erityisesti tuovan tukea päivärytmiin ja arjen rutiineihin sekä tarjoavan mielekästä sisältöä ja sosiaalista kanssakäymistä. Opinnäytetutkielman mukaan arjen sisällyksettömyys, mielekkään toiminnan puute ja epäsäännöllinen elämänrytmi passivoi ja voi vaikuttaa mielialaan sekä omanarvontuntoon. Päivärytmin normalisoituminen ja ylläpitäminen voidaankin nähdä kuntoutumisen, elämänhallinnan ja toimintakyvyn ylläpitämisen kannalta tärkeänä tavoitteena.

Päiväryhmätoiminnan merkitystä selvittävässä teemassa kartoitettiin myös asiakkaiden kokemuksia omasta osallistumisestaan ja sitoutumisestaan. Asiakkaiden haastatteluista selvisi, että päiväryhmätoimintaan osallistuminen ja sitoutuminen vaihtelivat haastateltavien kesken. Haastateltavat kuitenkin kävivät toiminnassa yleisesti ottaen omien voimavarojensa mukaan. Toisaalta kaikki haastateltavat eivät kuitenkaan osallistuneet kovin aktiivisesti ryhmässä tarjottuun toimintaan. Aineistosta nousi esiin useita toimintaan sitoutumiseen ja osallistumiseen vaikuttaneita yleisiä tekijöitä, joita olivat oma motivaatio, terveydentila, jaksaminen ja mieliala, asiakkaan kokemus omista kyvyistään, päiväohjelma, ilmapiiri, sosiaaliset suhteet ja ohjaajien toiminta.

Osallistumiseen vaikuttivat eniten oma terveydentila, jaksaminen ja mieliala. Sosiaaliin tilanteisiin ja ryhmässä toimimiseen liittyvä epävarmuus ja jännittäminen, kielteinen käsitys omista kyvyistä sekä epäonnistumisen pelko nostivat myös joidenkin osallistumiskynnystä. Päiväohjelman merkitys sitoutumiseen ja osallistumiseen oli myös hyvin keskeinen. Myös kuntoutusympäristö vaikutti ryhmän ilmapiiriin ja vaihtelevan ryhmäkoonpanon kautta asiakkaiden halun sitoutua ja osallistua aktiivisesti ryhmän toimintaan. Sosiaaliset suhteet korostuivat myös asiakkaiden vastauksissa. Ryhmään kiinnittymisen kokemus ja yhteenkuuluvuuden tunne, vertaisuus ja kyky samaistua toisiin olivat sosiaaliin suhteisiin liittyviä keskeisiä tekijöitä ryhmään sitoutumisessa. Myös sosiaalisten suhteiden ja vuorovaikutuksen laatuun liittyvillä seikoilla, kuten sosiaalisen tuen ja vertaistuen saamisella sekä ystäväystymisellä oli merkitystä. Ohjaajien toimintaan liittyvinä ja sitoutumiseen vaikuttaneina tekijöinä nähtiin yleisesti vuorovaikutuksen laatu ja saatava tuki, joustavuus ja oma valinnanvapaus sekä kannustava asenne ja myönteinen palaute.

Kuten aiemmin tietoperustassa todettiin, avohoidossa oleva mielenterveyskuntoutuja voi kärsiä yksinäisyydestä ja toimettomuudesta. Muiden ihmisten tapaaminen ja mielekkääksi koettu tekeminen tukevat usein mielenterveyden kohentumista ja ylläpitoa. (Martti ym. 2003, 80.) Sama johtopäätös voitiin tehdä myös haastatteluissa saamiemme vastausten perusteella. Haastatteluvastauksista nousi selvästi esille, miten ryhmä voi kuntouttaa ja tuottaa voimaantumista. Haastatteluvastausten perusteella päiväryhmätoiminnalla oli ollut monenlaisia posi-

tiivisia vaikutuksia haastateltavien elämään. Päiväryhmätoiminta sai haastateltavien puheessa myös erilaisia merkityksiä. Päiväryhmätoiminta oli joillekin asiakkaille ”henkireikä”, ja päiväryhmän kuvailtiin olleen ikään kuin ”toinen koti”. Päiväryhmätoiminta oli myös ”turvasatama” ja ”turvallinen paikka” monille asiakkaille, ja osa koki päiväryhmän vahvasti omaksi paikakseen, jota ilman elämä olisi voinut olla huonolla mallilla.

Kaikki haastateltavat kokivat päiväryhmätoiminnan tukeneen jossain määrin omaa kuntoutumista ja arjessa selviytymistä. Asiakashaastattelujen perusteella näyttääkin siltä, että päiväryhmätoiminta on tukenut selkeästi asiakkaiden elämänlaatua. Päivätoiminnassa tuetaan esimerkiksi sosiaalista vuorovaikutusta, harjoitellaan erilaisia elämäntaitoja ja saadaan toiminnallista ja mielekästä sisältöä arkeen. Päivätoiminnassa asiakkaat voivat myös kehittää sosiaalisia taitojaan, saada virkistystä, onnistumisen kokemuksia ja monitahoista tukea arjen hallintaan liittyvissä kysymyksissä. Päivätoiminnan avulla voidaan pyrkiä parantamaan asiakkaan kokonaisvaltaista hyvinvointia, osallisuutta ja toimintakykyä normaalia päiväjärjestystä tukevan ja ylläpitävän tekemisen sekä sosiaalisen tuen avulla. (Martti ym. 2003, 4; Punkanen 2001, 26, 27.) Nämä tavoitteet näkyivät myös oman tutkielmamme tuloksissa.

Kuntoutuminen ja hyvinvoinnin tukeminen näkyi tutkielmamme perusteella voimaantumisen kokemuksina, sosiaalisen verkoston vahvistumisena, psyykkisten oireiden vähentymisenä sekä toimintakyvyn, osallisuuden ja elämäntilanteen vahvistumisena ja ylläpitona. Tutkielman tulosten perusteella kuntoutumista edistäviä ja merkitystä tuovia tekijöitä päiväryhmässä olivat esimerkiksi sosiaalisen tuen saaminen ja yksinäisyyden väheneminen, mielekäs ja monipuolinen arjensisältö, oman elämäntilanteen jäsentyminen ja tiedon lisääntyminen sekä kokemus sosiaalisesta osallistumisesta.

Saadun haastatteluaineiston perusteella toiminta vastasi melko hyvin asiakkaiden henkilökohtaisiin tarpeisiin, tavoitteisiin ja odotuksiin. Haastatteluaineiston perusteella voitiin todeta, että päiväryhmätoiminnalla oli positiivinen vaikutus hyvinvointiin ja osallisuuteen. Kuten teoriassa esitettiin, on osallisuudella merkittävä rooli yksilön voimavarana. Tutkimuskirjallisuuden perusteella myös tiedetään osallisuuden näyttävätyvän parhaiten silloin, kun ihminen tuntee kuuluvansa johonkin yhteisöön, jossa kokee tulevansa kuulluksi ja arvostetuksi, ja joka tukee oman identiteetin rakentumista ja eheyttä. (Rouvinen-Wilenius ym. 2011, 50.) Oma tutkielmamme tuki näitä päätelmiä osallisuudesta tärkeänä hyvinvointia luovana voimavarana.

Osa asiakkaista kertoi psyykkisten oireiden ja hoidon tarpeen vähentyneen. Haastattelujen perusteella päiväryhmätoiminta oli myös yleisesti ylläpitänyt ja vahvistanut toimintakykyä ja arjessa selviytymistä. Hyvärin (2001, 285) mukaan toimintakyvyn vahvistuminen ja voimaantuminen on mahdollista yhteisöissä, joissa voi kokea tulevansa kuulluksi. Jantusen (2010, 96-

97) mukaan voimaantuminen voi ilmetä esimerkiksi aktiivisuutena, vahvistuneina ihmissuhteina, aikaisempaa harkituimpina valintoina sekä tulevaisuuteen suuntautuvana ajatteluna ja oman elämänsisällön suunnitteluna. Myös me saimme tätä vastaavia tuloksia. Opinnäytetutkelman perusteella toimintakyvyn vahvistuminen ja voimaantuminen saattaa näkyä muun muassa sosiaalisen verkoston vahvistumisena, itseluottamuksena ja parempana itsetuntona, aktiivisuuden lisääntymisenä, uudenlaisena motivaationa ja uusista asioista innostumisena sekä elämänsisällön suunnitteluna. Järvikosken ja Härkäpään (2004, 133) mukaan kuntoutuksessa valtaistumisella ja elämänhallinnalla voidaan tarkoittaa muun muassa osallisuutta, toimintamahdollisuuksien lisääntymistä, hyvinvoinnin mahdollistavia olosuhteita ja elämän mielekkyyttä sekä yleisesti mahdollisuutta olla oman elämänsä subjekti, joka saa äänensä kuuluviin, tekee omaa elämää koskevia valintoja ja saa aikaan haluttuja muutoksia. Haastattelujen perusteella elämänhallintaa vahvistavia ja ylläpitäviä tärkeitä tekijöitä olivat olleet muun muassa arjenhallinnantaitojen vahvistuminen ja päivärytmin normalisoituminen. Arjen jäsentyminen ja tasapainottuminen rutiinien ja monipuolisen tekemisen avulla olikin tavallisesti keskeisin ja yleisin toiminnasta saatava hyöty.

Päiväryhmätoiminta koettiin tarpeellisenä ja se toi merkityksellistä sisältöä haastateltavien arkeen. Monipuolinen toiminta voi antaa kuntoutujalle uusia taitoja ja kokemuksia sekä vahvistaa itseluottamusta. Erilaisten kuntoutusryhmien luova ja toiminnallinen työskentelytapa voi tukea myös omien voimavarojen löytämistä (Jouttimäki 2011, 94). Haastateltavien kokemusten mukaan toiminnan kautta olikin mahdollista saada onnistumisen kokemuksia ja löytää omia vahvuuksia ja voimavaroja. Toiminta toi päivään tietynlaista rytmiä ja rakennetta sekä vaikutti positiivisesti mielialaan virkistämällä mieltä ja antamalla positiivista energiaa arkeen. Monipuolisiksi koetut toiminnot mahdollistivat uudenlaisen itsensä ilmaisemisen, ja toiminta nähtiin hyödyllisenä myös fyysisen aktiivisuuden ylläpitämisen kannalta.

Toiminnan lähtökohdat nousivat haastatteluissa esiin monesta näkökulmasta. Kuten teoriaosassa esitettiin, korostetaan hyvässä päivätoiminnassa voimavara- ja ratkaisukeskeistä lähestymistapaa (Martti ym. 2003, 4). Haastateltavien mukaan Riihenajan päiväryhmätoiminnassa toteutettiin niin sanottua normaalisuuden periaatetta eli voimavarojen korostamista ongelmakeskeisyyden sijasta. Hyvä päivätoiminta on myös arjen- ja käytännönläheistä, ja se tukee itsenäistä asumista ja arjessa selviytymistä helposti saatavilla olevan ohjauksen, neuvonnan ja keskustelun avulla (emt., 4). Myös Riihenajan mielenterveyskuntoutujien päivätoiminnassa korostettiin arkitoimintaa ja toiminnallisuutta, mikä toi matalan kynnyksen osallistumiseen ja tuki positiivista identiteettiä vahvistamalla tunnetta osallisuudesta. Haastatteluiden perusteella myös yksilölliset tukikeskustelut sekä palveluneuvonta- ja ohjaus olivat tärkeä osa toimintaa. Tästä saatu hyöty saattoi näkyä esimerkiksi oman elämäntilanteen jäsentymisenä ja selkiytymisenä sekä tiedon lisääntymisenä. Osa haastateltavista kertoikin löytäneensä uuden-

laista suuntaa elämälleen. Viranomaisasioissa tukeminen, esimerkiksi ohjaus talous- ja velka-asioissa saattoi näkyä myös taloudellisen hyvinvoinnin paranemisena.

Niin kuin opinnäytetutkielman alussa todettiin, on psykiatrisen laitoshoidon käytön vähentäminen ihmisten arkeen integroitujen avopalvelujen avulla yleisesti toivottava ja tavoiteltava kehityssuunta, niin yksilöllisten kuin yhteiskunnallisten näkökulmien kannalta (Harjajärvi ym. 2006, 73). Teoriaosuudessa käsitelimme myös tähän liittyvää kuntoutuksen toimintatapojen ja toimintakulttuurin muutosta. Niin kuin tutkielman tietoperustassa todettiin, on kuntoutusta pitkään määrittänyt ongelma- ja asiantuntijalähtöinen ajattelutapa, jonka rinnalle on viime vuosina noussut sosiaalinen ja psykososiaalinen lähestymistapa (Järvikoski & Härkäpää 2011, 49-50; Kuntoutusselonteko 2002, 3).

Uudessa valtaistavassa ajattelutavassa korostetaan tavoitteina asiakkaan voimavarojen vahvistumista ja uusien mahdollisuuksien luomista. Uudessa ajattelutavassa korostetaan samoin myös asiakkaan subjektiivista roolia aktiivisena toimijana ja päätöksentekijänä, kun taas ongelmalähtöisessä ajattelutavassa asiakas on nähty interventoiden kohteena. (Kuntoutuksen tutkimuksen kehittämisohjelma 2004, 24-26.) Kuntoutuksen toimintakulttuurin ja toimintatapojen muutos liittyy nähdäksemme tiiviisti myös sosiaalisen kuntoutuksen toimintamallien ja erilaisten välimuotoisten, arkeen kiinnittyvien palveluiden, kuten päivätoiminnan painottamiseen. Laissa ei ole kuitenkaan aiemmin tunnustettu sosiaalista kuntoutusta, jonka vuoksi julkinen palvelujärjestelmä ei ole ollut riittävällä tavalla varautunut tarjoamaan arjessa tukemiseen, osallisuuteen ja verkostojen vahvistamiseen liittyvää sosiaalista kuntoutusta mielenterveyskuntoutujille (Wahlbeck 2012).

Mielenterveyskuntoutujille järjestettävä sosiaalinen kuntoutus on aiemmin nähty riittämättömänä ja jokseenkin sattumanvaraisena ja koordinoimattomana (Wahlbeck 2012). Sosiaalihuoltolain uudistuksen myötä sosiaalisen kuntoutuksen paikka osana kuntoutuskokonaisuutta tulee kuitenkin varmasti selkeytymään ja vahvistumaan (Kuntoutusportti 2012). Haastateltavat pitivät päivätoimintaa erittäin tarpeellisena palvelumuotona, johon tulisi panostaa. Myös Harjajärven, Pirkolan ja Wahlbeckin (2006, 73) mukaan omaehtoisten osallistumismahdollisuuksien ja mielekkään tekemisen järjestäminen mielenterveyskuntoutujille olisi hyvin tärkeää, jonka vuoksi näihin erilaisiin välimuotoisiin palveluihin, kuten juuri erilaisiin järjestetyn päivätoiminnan muotoihin tulisikin kiinnittää yhä enemmän huomiota.

Päivätoiminnassa toteutetaan valtaistavaa ja kuntoutujalähtöistä toiminta-ajatusta. Hyvässä päivätoiminnassa ei ole leimaavuutta eikä avointa kontrollointia, ja siinä asiakkaat ovat mukana heidän omia asioitaan sekä päivätoimintaa koskevassa päätöksenteossa (Martti ym. 2003, 4). Haastatellut toivat kuitenkin yleisellä tasolla esiin mielenterveysasiakkaan leimaa, jota käsitelimme myös tutkielman teoriaosuudessa. Asiakkaiden kokemukset kertoivat siitä, että

vaikka mielenterveysongelmien leima on hälventynyt, liittyy psyyken ongelmiin yhä leimavuutta. Mielenterveysongelmat voivat aiheuttaa häpeää ja pelkoa leimatuksi tulemisesta. Tämä saattaa johtaa ongelman peittelyyn joskus jopa lähipiirissä. Wahlbeckin (2012) mukaan mielenterveyskuntoutujien parissa tehtävä sosiaalinen kuntoutus ja identiteettityö liittyvät vahvasti toisiinsa. Hänen mukaansa sosiaalisen kuntoutuksen tarve on suuri mielenterveys-työssä myös juuri mielenterveysongelmiin liittyvän leiman takia.

On selvää, että psyykkinen sairaus tuo muutoksia arkeen (mm. Kettunen ym. 2009, 14-15). Mielenterveysongelmia sairastavan sosiaaliset roolit voivat muuttua esimerkiksi työkyvyn alenemisen ja työkyvyttömyyseläkkeelle jäämisen myötä. Sosiaalisessa kuntoutuksessa parannetaan kuntoutujan arjenhallinnantaitoja, vahvistetaan ja ylläpidetään vuorovaikutussuhteita sekä edistetään kuntoutujan kykyä selviytyä ympäristönsä edellyttämistä sosiaalisista rooleista (Järvikoski & Härkäpää 2011, 22). Nämä sosiaalisen kuntoutuksen lähtökohdat näkyivät vahvasti myös Riihenajan päiväryhmätoiminnassa.

Aiemman tutkimustiedon valossa on selvää, että sosiaalisista rooleista syrjäytymisellä voi olla kielteisiä vaikutuksia minäkäsitykseen ja itsetuntoon (mm. Koskisu 2004, 18-19; Kettunen ym. 2009, 14-15). Myös haastateltavien vastauksissa toistui samankaltainen kokemus. Saatujen tulosten valossa näyttää myös selvältä, että hoito- ja diagnoosikeskeisistä rooleista irrottautuminen on tärkeää uudenlaisen identiteetin luomisen kannalta. Hyvärin (2001, 87-89, 249) mukaan identiteetti muodostuu yhteisöllisissä suhteissa, jolloin marginaalista voidaan murtautua luomalla uudenlaista suhdetta itsen ja toisiin. Saatujen haastatteluvastausten perusteella olikin selvää, että oman identiteetin vahvistuminen ja jäsentyminen on mahdollista ryhmämuotoisen toiminnan kautta.

Sosiaalisessa kuntoutuksessa pyritään tukemaan osallisuutta vahvistamalla sosiaalisen vuorovaikutuksen edellytyksiä ja sosiaalista toimintakykyä (mm. Kuntoutusportti 2012). Toiminnan hyödyllisyys liittyi vahvasti yhteisöllisten ja sosiaalisten voimavarojen ylläpitämiseen ja vahvistumiseen. Toiminnan kautta myös sosiaalinen verkosto saattoi vankistua ja laajentua. Haastattelutulosten perusteella oli selvää, että päiväryhmätoiminta on ylläpitänyt ja vahvistanut asiakkaiden sosiaalista toimintakykyä. Päiväryhmätoiminta ylläpiti sosiaalista toimintakykyä muun muassa mahdollistamalla uusien sosiaalisten suhteiden luomisen, sosiaalisen osallistumisen ja vuorovaikutuksen muiden kanssa. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistuminen liittyi haastattelujen perusteella sosiaalisten ja vuorovaikutustaitojen vahvistumiseen, sosiaalisten voimavarojen saamiseen ja sosiaalisen rohkeuden lisääntymiseen.

Kuten tutkimuskirjallisuuden perusteella tiedetään, on sosiaaliin verkostoihin ja sosiaaliseen tukeen liittyvä sosiaalinen pääoma tärkeä hyvinvointia ja mielenterveyttä tukeva voimavara (mm. Kuuskoski 2003, 36). Myös oma tutkielmamme osoitti sosiaalisen pääoman olevan kes-

keinen tekijä hyvinvoinnin ja mielenterveyden kokemusten kannalta. Kuten kirjallisuudestakin ilmenee voi ryhmämuotoinen toiminta antaa mahdollisuuksia vertaistukeen ja uusiin sosiaaliin kontakteihin, identiteetin vahvistumiseen sekä arjen kannalta merkityksellisen, uuden tiedon oppimiseen (Jouttimäki 2011, 94.; Kuuskoski 2003, 31). Opinnäytetutkielmasta saatiin samanlaisia tuloksia. Ryhmä toi haastateltaville yhteenkuuluvuuden tunnetta, uusia sosiaalisia suhteita, sosiaalista tukea sekä vertaisuuden kokemuksia. Haastatteluissa, kuten kirjallisuudessaakin nousi esiin ryhmään kuulumisen sekä kuulluksi ja hyväksytyksi tulemisen keskeisyys (mm. Kuuskoski 2003, 33).

Muilta ryhmäläisiltä saatu tuki näyttäytyi opinnäytetutkielman aineistossa muun muassa konkreettisena yhdessäolona, kuulluksi tulemisena, kokemusten jakamisena, hyväksytyksi ja ymmärretyksi tulemisena sekä myötätunnon saamisena. Tulosten perusteella sosiaalinen tuki oli merkittävä asia mielenterveyskuntoutujien päivätoiminnassa, vaikkei toiminnan kautta olisikaan syntynyt kovin läheisiä sosiaalisia suhteita. Päiväryhmätoiminta toi haastateltaville yhteisöllisyyden ja ryhmään kuulumisen kokemuksen ja toisinaan vain ryhmässä osallisena oleminen saattoi olla kuntoutujalle merkittävä kokemus. Yhdessä tekeminen ja kokeminen sekä ryhmän tuki toivat myös mahdollisuuksia voimaantumisen kokemukselle.

Vertaisryhmässä yksilö voi osallistua kokemusten ja tiedon jakamiseen, oppia omista toimintatavoistaan, kokea kumppanuutta sekä löytää samanhenkisiä ystäviä (Kuuskoski 2003, 33; Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 243). Suurin osa opinnäytetutkielmaan haastattelemistamme henkilöistä kuitenkin koki, ettei ollut saanut ryhmästä varsinaisia ystäviä. Toisiin ryhmän jäseniin saatettiin kokea kuitenkin yhteyttä ja joku ryhmän jäsen voitiin kokea läheisenä. Monet haastateltavista kertoivat kuitenkin haluavansa pitää muihin ryhmäläisiin etäisyyttä päiväryhmän ulkopuolella, eikä myöskään ryhmän sisällä aina haluttu luoda vahvoja tunnesiteitä muihin. Tämä oli tärkeää sen vuoksi, ettei samaistuttaisi liikaa muiden tilanteisiin, jolloin oma psyykinen jaksaminen saattaisi vaarantua.

Aineistosta havaittiin, ettei kaikilla ryhmään osallistujilla ollut välttämättä vahvaa yhteenliittymisen tarvetta tai yhteenkuuluvuuden tunnetta suhteessa muihin ryhmäläisiin. Päiväryhmätoiminnan sosiaalisia siteitä kuvaakin ehkä parhaiten löyhän yhteisöllisyyden periaate. Aineistosta havaittiin, että jos asiakkaiden oli vaikea samaistua muihin ryhmän jäseniin, yhteenkuuluvuuden tunne ja oma motivaatio osallistumiseen saattoivat heikentyä. Joidenkin asiakkaiden oli suuren ikäeron tai erilaisen kuntoutumisen vaiheen vuoksi vaikeampi samaistua toisiin, kokea vertaisuutta ja muodostaa läheisiä sosiaalisia suhteita. Kuntoutujille oli tärkeää, että ryhmäläiset olivat melko samankaltaisessa kuntoutumisen vaiheessa, sillä tämä helpotti vuorovaikutusta muiden ryhmäläisten kanssa ja kannusti osallistumiseen ja aktiivisuuteen. Asiakaskunnan heterogeenisyys voi kuitenkin myös olla toiminnan vahvuus, sillä se tuo monipuolisuutta ja erilaisia näkemyksiä ryhmään.

Vaikkei päiväryhmätoiminnan tavoitteena ollut toimia vertaistukiryhmänä, koki osa haastateltavista päiväryhmätoiminnan tuoneen myös kokemuksia vertaistuesta. Asiakkaiden kokemukset vertaistuesta vaihtelivat kuitenkin melko paljon. Myös vertaisuuden yleinen merkitys tuli esiin vastaajien kertomuksissa. Samankaltaisuuden kokeminen sekä hyväksytyksi ja ymmärretyksi tuleminen auttaa usein luopumaan toiseuden kokemuksista ja vahvistamaan positiivista identiteettiä sekä tunnetta normaaliudesta (Kanerva ym. 2012, 116; Heikkinen-Peltonen ym. 2014, 242). Opinnäytetutkielmamme perusteella omaa elämäntilannetta ymmärtävien ihmisten löytäminen oli usein tärkeää, ja vertaistuki sekä yleisesti vertaisuus nähtiinkin tärkeinä voimaantumista edistävinä tekijöinä. Vertaisuuden avulla voitiin myös vapautua erillisyyden ja ulkopuolisuuden tunteista. Haastateltavien mukaan vertaiskokemukset voivat antaa toivoa, kumppanuutta ja tunnetta hyväksytyksi ja ymmärretyksi tulemisesta. Aiemman tutkimustiedon sekä myös tutkielmamme perusteella ryhmän jäsenten hyväksynnällä ja ymmärryksellä oli suuri merkitys, ja samankaltaisuuden ja vertaisuuden kokeminen saattoi auttaa kuntoutujia luopumaan haitallisesta ajattelusta ja vahvistaa positiivisia kokemuksia itsestä. Vertaistuen kääntöpuolena kiinnitettiin haastatteluissa kuitenkin huomiota liialliseen samaistumiseen, mikä voi herättää vaikeita tunteita ja joskus ylläpitää kuntoutumisen kannalta myös haitallista identiteettiä.

Saatujen tulosten perusteella toiminnan nähtiin yleisesti tukevan kuntoutumista tai vähintäänkin tuovan jonkunlaista lisäarvoa elämään. Suurelle osalle asiakkaista päiväryhmätoiminnasta saatu tuki oli erittäin merkittävää ja useampi haastateltavista arveli olevansa huomattavasti huonommassa tilanteessa ilman päiväryhmätoimintaa. Päiväryhmätoiminnan päättymisen herättikin haastateltavissa monenlaisia tunteita. Asiakassuhteen katkeaminen ja ryhmän hajoaminen voivat olla kuntoutujalle hyvinkin raskaita asioita ja ne voivat herättää surua, epätoivon tunnetta, epävarmuutta ja horjuttaa uskoa omaan kuntoutumiseen. Hellerin ja Gittermanin (2011, 13) mukaan tällaiset äkilliset elämänmuutokset saattavatkin olla erityisen ahdistavia ja voimia vaativia mielenterveysongelmasta kärsivälle henkilölle.

Kaikki haastateltavat pitivät toiminnan päättymistä harmillisena ja moni kertoi jäävänsä ikävoimiaan päiväryhmätoimintaa. Haastatteluissa nousi myös esiin asiakassuhteen katkeamiseen ja palvelujen kilpailuttamiseen liittyviä ajatuksia ja näkemyksiä. Haastateltavien mukaan uuden paikan löytäminen ja siihen tutustuminen saattaa olla suuren kynnyksen takana. Luottamuksen rakentaminen uudessa asiakassuhteessa ja uuteen ryhmään sopeutuminen saattaakin olla hankalaa ja viedä huomattavasti mielenterveyskuntoutujan voimavaroja. Asiakassuhteen katkeaminen aiheutti myös huolta omasta pärjäämisestä, sillä osa haastateltavista koki, että kuntoutus oli jäänyt pahasti kesken. Asiakassuhteen katkeaminen onkin usein kuntoutumisprosessin kriittinen kohta, johon voi joskus liittyä jopa riski joutua väliinputoajaksi.

Yhä useammin aikuisten sosiaalipalveluissa palvelut hankitaan ostopalveluina yksityisiltä palveluntuottajilta tai järjestöiltä. Vastuu palveluiden järjestämisestä säilyy kuitenkin edelleen kunnalla, jonka on järjestettävä sosiaalipalveluja kuntalaisille siinä laajuudessa kuin kunnassa esiintyvä tarve edellyttää. (Jokinen & Juhila 2008, 7-8.) Kilpailumallin taustalla vaikuttaa uusliberalistinen ideologia, jossa korostuu markkinoiden ja talouden ensisijaisuus (emt., 47). Lasse Murron (2003, 68) mukaan kilpailumalliin liittyvät riskit onkin otettava vakavasti, sillä huono-osaisten palvelut eivät helposti taivu tuotteistettavaksi. Osa asiakkaista tuntui myös olevan sitä mieltä, ettei palvelun laatukriteereihin kiinnitetä hinnan ohella kilpailutuksessa riittävästi ja tarpeeksi monipuolisesti huomiota. Haastateltavat eivät myöskään olleet täysin tyytyväisiä päiväryhmätoiminnan korvaaviin vaihtoehtoihin. Useiden haastateltavien mielestä tarjolla ei ollut omaan tilanteeseen soveltuvaa, Riihenajan päiväryhmätoimintaa vastaavaa toimintaa. Haastateltavien mukaan palvelun jatkuvuus olisi turvattava, jolloin tarjolla tulisi olla riittävän samankaltaisia palveluvaihtoehtoja. Haastateltavien toiveena kuitenkin oli, että Riihenajan päiväryhmätoiminta jatkuisi vielä tulevaisuudessa.

9.3 Asiakkaiden kehittämisehdotukset

Kolmas teema käsitteli asiakkaiden kokemia päiväryhmätoiminnan kehittämistarpeita. Teemassa selvitettiin asiakkaiden kokemia vaikuttamismahdollisuuksia sekä toimintasisältöön, yleisiin toimintakäytäntöihin ja asiakastyöhön liittyviä kehittämistarpeita. Haastatteluissa nousi esiin lähinnä yksittäisiä näkökulmia palvelun kehittämisestä.

Toiminnan aukiolo herätti jonkin verran keskustelua. Suurin osa haastateltavista oli tyytyväinen nykyiseen aukioloon, mutta yksi haastateltava koki aukiolon liian lyhyenä. Eräs toinen haastateltava myös toivoi, että sijaisten riittävä osaaminen voitaisiin varmistaa etukäteen. Vakituksia sijaisia ei ole kuitenkaan välttämättä kovin helppoa löytää tai pitää. Erityisen haastavaa sijaisten käytöstä ja mahdollisista työvuorojen suunnittelusta saattaa tehdä vaihteleva ryhmäkoko. Mahdollisesti kuitenkin vakituisten sijaisten käyttö ja heidän perusteellinen perehdytys voisi toimia tavoiteltavana vaihtoehtona. Näiden lisäksi myös tiedonkulun tehostaminen nousi esiin yhtenä kehittämistarpeena.

Haastatteluista selvisi, että avun aktiivinen tarjoaminen on tärkeää, sillä oman ohjauksen tarpeen esiin ottaminen saattoi olla joillekin asiakkaille vaikeaa. Mikäli päiväryhmätoiminta jatkuu vielä tulevaisuudessa, voisi toiminnan suunnittelussa mahdollisesti harkita säännöllisiä keskusteluajkoja jokaisen asiakkaan kanssa. Näin varmistettaisiin henkilökohtaisen tuen antaminen myös niille asiakkaille, jotka eivät välttämättä osaa tukea itse pyytää.

Osa asiakkaista ei pitänyt päiväohjelmaa aina kovin mielekkäänä. Ohjelmasisältöä koskevia ehdotuksia ei kuitenkaan noussut kovin paljon esille, sillä suurin osa koki, että toiminta oli

tarjonnut jokaiselle ryhmäläiselle tasapuolisesti jotakin mieluista toimintaa. Osa haastateltavista oli myös sitä mieltä, että samat toiminnot toistuivat liian usein. Haastateltavat kuitenkin kertoivat, etteivät välttämättä itse osallistuneet aktiivisesti toiminnan suunnitteluun tai palautteen antamiseen toimintaan liittyen. Yhden haastateltavan mukaan toimintaa olisi voitu vielä kehittää tuomalla kuntoutumisen kannalta suunnitelmallisempaa ja tavoitteellisempaa otetta aktiviteetteihin. Ryhmänohjauksessa olisi voitu mahdollisesti hyödyntää osallistavampia menetelmiä, jotka olisivat mahdollistaneet erilaisen tavoitteellisuuden ja monipuolisemman vuorovaikutuksen muiden kanssa.

Toiminnan suunnittelun lähtökohtana oli yhteinen ja tasavertainen päätöksenteko. Haastateltavat vaikuttivat olevan suhteellisen tyytyväisiä omiin vaikuttamismahdollisuuksiinsa. Joissain vastauksissa esiin nousivat kuitenkin myös rajalliset vaikuttamismahdollisuudet. Vaikka työntekijät vastaisivat ryhmien sisällön suunnittelusta ja toteutuksesta, olisi asiakkaiden osallistuminen ryhmätoimintojen suunnitteluun aina toivottavaa. Asiakasosallisuuden edistäminen onkin tärkeä tavoite ja näkökulma palveluiden kehittämiseen. Asiakkaiden vaikuttamismahdollisuuksia ja osallisuutta olisi mahdollisesti voitu kehittää systemaattisen asiakaspalautteen ja asiakasarvioinnin kautta. Päiväryhmätoiminnan haasteena on ollut kuitenkin asiakkaiden heikko osallistuminen toimintojen suunnitteluun. Erilaisten palautteenkeräämisen keinojen käyttö olisi kuitenkin voinut parantaa aktiivisuutta esimerkiksi ryhmätoimintojen suunnittelussa. Palautteen kerääminen ja asiakasarviointi on tärkeää, koska sillä on osallistava vaikutus asiakkaisiin ja asiakkaiden kokemukset ja näkemykset antavat uudenlaisia ja tärkeitä näkökulmia kehittämiseen. Näin toimimalla voidaan suunnata toimintaa asiakkaiden tarpeiden kannalta oikein, mikä voi vahvistaa tavoitteellisuutta, tuoda toimintaan lisää mielekkyyttä ja yleisesti parantaa palvelun laatua. Riihenajan päiväryhmätoiminta koettiin kuitenkin yleisesti laadukkaana palveluna, eikä toiminnassa nähty kovinkaan paljon kehitettävää.

Lähteet

- Eskola, J. & Suoranta, J. 2003. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 6.painos. Tampere: Vastapaino.
- Harjajärvi, M., Pirkola, S. & Wahlbeck, K. 2006. Aikuisten mielenterveyspalvelut muutoksessa: Merttu-tutkimuksen palvelukatsaus. Helsinki: Stakes: Suomen kuntaliitto. Viitattu 11.12.2014.
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/74893/p070112120807%5B.pdf?sequence=1>
- Hautamäki, A. 2005. Johdanto. Teoksessa Hautamäki, A., Lehtonen, T., Sihvola, J., Tuomi, I., Vaaranen, H. & Veijola, S. (toim.) Yhteisöllisyyden paluu. Helsinki: Gaudeamus, 7-13.
- Hautamäki, A. & Oksanen, K. 2014. Hyvinvointiyhteiskunnan uudistaminen kestävän innovaation keinoin. Teoksessa Särkelä, R., Siltaniemi, A., Rouvinen-Wilenius, P., Parviainen, H. & Ahola, E. (toim.) Hyvinvointitalous. Helsinki: Soste Suomen sosiaali ja terveys ry, 107-118.
- Heikkinen-Peltonen, R., Innamaa, M. & Virta, M. 2014. Mieli ja terveys. 4. uudistettu painos. Helsinki: Edita.
- Heller, N. R. & Gitterman, A. 2011 Introduction to social problems and mental health/illness. Teoksessa Heller, N. R. & Gitterman, A. 2011 (toim.) Mental health and social problems: a social work perspective. Abingdon: Routledge, 1-17.
- Himanen, P. 2012. Sininen kirja: Suomen kestävän kasvun malli. Luonnos kansalliseksi tulevaisuushankkeeksi. Johtopäätöksiä Suomen tulevaisuusselonteolle Kestävän kasvun malli - tutkimushankkeen pohjalta. Viitattu 5.1.2015.
<http://valtioneuvosto.fi/tiedostot/julkinen/pdf/2012/sininen-kirja/fi.pdf>
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2010. Tutki ja kirjoita. 15.-16. painos. Helsinki: Tammi.
- Hyväri, S. 2001. Vallattomuudesta vastuuseen: kokemuksen politiikan sankaritarinoita. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisu 3/2001. Helsinki: Tietosanoma Oy.
- Hyväri, S. & Nylund, M. 2010. Yhteisöllisiä työmenetelmiä syrjäytymisen voittamisessa. Teoksessa Laine, T., Hyväri, S. & Vuokila-Oikkonen, P. (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi, 29-47.
- Iisakka, L. & Alanen, A. 2006. Sosiaalinen pääoma Suomessa: kotimaista ja kansainvälistä taustaa. Tilastokeskus. Viitattu 10.12.2015.
http://tilastokeskus.fi/tup/julkaisut/tiedostot/isbn_952-467-532-3_luku1.html
- Jantunen, E. 2010. Vertaistuki masentuneiden osallisuuden vahvistajana. Teoksessa Laine, T., Hyväri, S. & Vuokila-Oikkonen, P. (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi, 85-98.
- Julkunen, R. 2001. Suunnanmuutos: 1990-luvun sosiaalipoliittinen reformi Suomessa. Tampere: Vastapaino.
- Jokinen, A. & Juhila, K. 2008. Sosiaalityö aikuisten parissa. Tampere: Vastapaino.

- Jouttimäki, P. 2011. Voimavaraistavaa sosiaalityötä ryhmässä. Teoksessa Jouttimäki, P., Kangas, S. & Saurama, E. (toim.) Uudistuva ja voimaannuttava aikuissosiaalityö. Visio vahvasta aikuissosiaalityöstä -hankkeen loppuraportti. Työpapereita 2011:1. [Helsinki]: Socca, 93-143. Viitattu 7.6.2015.
http://www.socca.fi/files/1676/Uudistuva_ja_voimaannuttava_aikuissosiaalityo_-_Visio_vahvasta_aikuissosiaalityosta_hankkeen_loppuraportti.pdf
- Juhila, K. 2002. Sosiaalityö marginaalissa. Teoksessa Juhila, K., Forsberg, H. & Roivainen, I. (toim.) Marginaalit ja sosiaalityö. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 11-19.
- Juhila, K. 2004. Leimattu identiteetti ja vastapuhe. Teoksessa Jokinen, A., Huttunen, L. & Kulmala, A. (toim.) Puhua vastaan ja vaieta: neuvottelu kulttuurisista marginaaleista. Helsinki: Gaudeamus, 20-32.
- Järvikoski, A., Hokkanen, L., Härkäpää, K., Martin, M., Nikkanen, P., Notko, T. & Puumalainen, J. 2009. Johdanto. Teoksessa Järvikoski, A., Hokkanen, L. & Härkäpää, K. (toim.) Asiakkaan äänellä. Odotuksia ja arvioita vaikeavammaisten lääkinnällisestä kuntoutuksesta. Helsinki: Kuntoutussäätiö, 13-24.
- Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 1995. Mitä kuntoutus on? Teoksessa Suikkanen, A., Härkäpää, K., Järvikoski, A., Kallanranta, T., Piirainen, K., Repo, M. & Wikström, J. Kuntoutuksen ulottuvuudet. Juva: WSOY, 12-28.
- Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2004. Kuntoutuksen perusteet. Helsinki: WSOY.
- Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2011. Kuntoutuksen perusteet: näkökulmia kuntoutukseen ja kuntoutustieteeseen. 5. uudistettu painos. Helsinki: WSOYpro.
- Järvikoski, A., Lindh, J. & Suikkanen, A. 2011. Kuntoutus muutoksessa. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.
- Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä: miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Julkaisuja 176. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kananoja, A. 2012. Sosiaalinen kuntoutus ja sosiaalihuollon uudistuksen suunta. Sosiaalisen kuntoutuksen teemanumero. Kuntoutus 2012; 35 (4) Kuntoutussäätiö, 35-40. Viitattu 10.12.2015. <http://www.kuntoutussaatio.fi/files/1341/4-12-valmis.pdf>
- Kanerva, A., Kuhanen, C., Oittinen, P. & Schubert, C. 2012. Lähestymistapoja mielenterveys-hoitotyöhön. Teoksessa Kuhanen, C., Oittinen, P., Kanerva, A., Seuri, T. & Schubert, C. Mielenterveysshoitotyö. 1.-2. painos. Helsinki: Sanoma Pro, 90-139.
- Kettunen, R., Kähäri-Wiik, K., Vuori-Kemilä, A. & Ihalainen, J. 2009. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Korkman, S. 2012. Talous ja utopia. Jyväskylä: Docendo.
- Koskisu, J. 2004. Eri teitä perille: mitä mielenterveyskuntoutus on? Helsinki: Edita Prima.
- Kulmala, A. 2006. Kerrottuja kokemuksia leimatusta identiteetistä ja toiseudesta. Tampereen yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos. Akateeminen väitöskirja. Viitattu 16.12.2015. <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67610/951-44-6615-2.pdf?sequence=1>
- Kuntoutuksen tutkimuksen kehittämisohjelma 2004. Julkaisuja 2003:19. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 20.11.2014.
https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114243/Kuntoutuksen_tutkimuksen_kehittamisohjelma_fi.pdf?sequence=1

Kuntoutusportti 2012. Sosiaalinen kuntoutus. Kuntoutussäätiö. Viitattu 7.8.2014.
http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/kuntoutus/kuntoutusjarjestelma/sosiaalinen_kuntoutus/

Kuntoutusportti 2013. Mielenterveyskuntoutus. Kuntoutussäätiö. Viitattu 16.12.2015.
http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/kuntoutusmuodot/kuntoutus_eri_sairaus-_ja_kohderyhmissa/mielenterveyskuntoutus/

Kuntoutusportti N.d. Mielenterveyskuntoutuksen tutkimus. Kuntoutussäätiö. Viitattu 16.12.2015.
<http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/tutkimus/tutkimuskohteita/kohderyhmat/mielenterveyskuntoutus/>

Kuntoutusselonteko 2002. Valtioneuvoston selonteko eduskunnalle. Julkaisuja 2002:6. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Kuuskoski, E. 2003. Vertaistoiminta osana ihmisyyttä. Teoksessa Niemelä, J. & Dufva, V. (toim.) Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat: sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhanalla. Jyväskylä: PS-kustannus, 30-39.

Kähäri-Wiik, K., Niemi, A. & Rantanen, A. 2007. Kuntoutuksella toimintakykyä. 5. uudistettu painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.

Lahti, J. & Pienimäki, A. 2010. Päihdekuntoutus rakentuu sosiaaliselle perustalle. Teoksessa Karjalainen, V. & Vilkkumaa, I. (toim.) Kuntoutus kanssamme: ihmisen toimijuuden tukeminen. 5. painos. Helsinki: Stakes, 136-151.

Liukko, E. 2006. Kuntouttavaa sosiaalityötä paikantamassa. Soccan ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja 9/2006. [Helsinki]: Socca: Heikki Waris -instituutti.

Martti, S., Rostila, I. & Suikkanen, A. 2003. Päivä kerrallaan ihmisenä ihmiselle: Päivä- ja työtoiminnan hyviä käytäntöjä ja kehittämistarpeita. RAY:n avustustoiminnan raportteja 6. Helsinki. Viitattu 20.9.2015.
https://www.ray.fi/sites/default/files/emmi_mediabank/2003paivajatyotoiminta_raportti6.pdf

Metteri, A. & Haukka-Wacklin, T. 2010. Sosiaalinen tuki kuntoutuksen ytimessä. Teoksessa Karjalainen, V. & Vilkkumaa, I. (toim.) Kuntoutus kanssamme: ihmisen toimijuuden tukeminen. 5. painos. Helsinki: Stakes, 52-68.

Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma: Ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015: Väliarviointi ja toteutumisen kannalta erityisesti tehostettavat toimet. 2012. Julkaisuja 2012:24. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 2.12.2015.
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/103109/978-952-00-3382-8.pdf?sequence=1>

Murto, L. 2003. Sosiaali- ja terveysjärjestöt hyvinvointipalvelujen tuottajina. Teoksessa Niemelä, J. & Dufva, V. (toim.) Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat: sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhanalla. Jyväskylä: PS-kustannus, 64-85.

Niemelä, P. 2009. Ihmisen toiminnallisuus ja hyvinvointi sosiaalityön teoreettisen ymmärryksen perustana. Teoksessa Mäntysaari, M., Pohjola, A. & Pösö, T. (toim.) Sosiaalityö ja teoria. Jyväskylä: PS-kustannus, 209-236.

Niiranen, V. 2002. Asiakkaan osallistuminen tukee kansalaisuutta sosiaalityössäkin. Teoksessa Juhila, K., Forsberg, H. & Roivainen, I. (toim.) Marginaalit ja sosiaalityö. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 63-80.

Ostamo, A., Huurre, T., Talala, K., Aro, H. & Lönnqvist, J. 2007. Sosioekonomiset terveyserot ja niiden muutokset. Mielenterveys. Teoksessa Palosuo, H., Koskinen, S., Lahelma, E., Prättälä, R., Martelin, T., Ostamo, A., Keskimäki, I., Sihto, M., Talala, K., Hyvönen, E. & Linnanmä-

ki, E. (toim.) Terveiden eriarvoisuus Suomessa. Sosioekonomisten terveyserojen muutokset 1980- 2005. Julkaisuja 2007:23. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö, 87-103. Viitattu 5.5.2015. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/113075/URN%3aNB%3afi-fe201504226300.pdf?sequence=1>

Palvelun kuvaus: Mielenterveyskuntoutujien päivätoiminta. Riihenaika Oy.

Punkanen, T. 2001. Mielenterveystyö ammattina. 2. painos. Helsinki: Tammi.

Raitasalo, R. & Maaniemi, K. 2007. Mielenterveyden häiriöt haittaavat yhä useampia. Sosiaali- vakuutus 6/2007, 14-17. Viitattu 15.11.2015. http://www.kela.fi/documents/10180/12149/sosiaalivakuutus_6_2007.pdf

Raitasalo, R. & Maaniemi, K. 2011. Nuorten mielenterveyden häiriöiden aiheuttamat sairauspoissaolot ja työkyvyttömyys vuosina 2004-2009. 2. korjattu painos. Nettityöpapereita 23/2011. Helsinki: Kelan tutkimusosasto. Viitattu 2.12.2015. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/25936/Nettityopapereita23.pdf>

Raunio, K. 2006. Syrjäytyminen: sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Riihenaika N.d. a. Yritys. Viitattu 11.10.2014 http://www.riihenaika.fi/index.php?p=1_7_Yritys#.VDk9jvL_s7k

Riihenaika N.d. b. Päiväryhmätoiminta. Viitattu 7.8.2014 http://www.riihenaika.fi/index.php?p=4_3_Paivaryhmatoiminta#.U-Nn-_L_s7k

Roos, J. P. 1988. Elämäntavasta elämäkertaan: elämäntapaa etsimässä 2. Helsinki: Tutkijaliitto.

Rouvinen-Wilenius, P., Aalto-Kallio, M., Koskinen-Ollonqvist, P. & Nikula, T. 2011. Osallisuus osana tasa-arvoa. Teoksessa Rouvinen-Wilenius, P. & Koskinen-Ollonqvist, P. (toim.) Tasa-arvo ja osallisuus väylä terveyteen: Järjestöt suunnan näyttäjinä. Terveiden edistämisen keskus ry (Tekry) julkaisu 9/2011, 49-76. Viitattu 20.9.2015. http://www.soste.fi/media/pdf/julkaisut/tasa-arvo_ja_osallisuus_2012.pdf

Ruisniemi, A. 2003. Sosiaalinen kuntoutus päihdetyössä kannattaa. Päihdealan erikoislehti Tiimi 2, 8-11. Viitattu 2.12.2015. <http://www.a-klinikka.fi/sites/default/files/tiimi-pdf/tiimi203.pdf>

Ruuskanen, P. 2002. Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi: näkökulmia sosiaali- ja terveysaloille. Jyväskylä: PS-kustannus.

Saari, J. 2010. Tulevaisuuden voittajat - Hyvinvointivaltion mahdollisuudet Suomessa. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 5/2010. Viitattu 5.1.2015. https://www.eduskunta.fi/FI/tietoaeduskunnasta/julkaisut/Documents/tuvj_5+2010.pdf

Salmela, T. 1997. Asiakaspalautteen haaste: menetelmiä ja esimerkkejä. Oppaita 32. Helsinki: Stakes.

Savolainen, K. 2011. Sosiaalityö toivon luoja: yhteisösuuntautunut toimintakulttuuri mielenterveyden edistämässä. Teoksessa Ruuskanen, P., Savolainen, K. & Suonio, M. (toim.) Toivo sosiaalisessa: toivoa luova toimintakulttuuri sosiaalityössä. [Kuopio]: UNIPress, 147-171.

Savukoski, M. & Kauramäki, P. 2010. Nuoren sosiaalinen tukeminen omalle ammatilliselle uralle. Teoksessa Karjalainen, V. & Vilkkumaa, I. (toim.) Kuntoutus kanssamme: ihmisen toimijuuden tukeminen. 5. painos. Helsinki: Stakes, 122-135.

Segal, S., Silverman, C. & Temkin, T. 1993. Empowerment and self-help agency practice for people with mental disabilities. *Social Work* 38 (6), 705-712. Viitattu 10.11.2015.
<http://www.charity-works.co.uk/wp-content/uploads/2013/11/Empowerment-and-Self-Help-Agency-Practice-for-People-with-Me.pdf>

Siltaniemi, A., Perälähti, A., Eronen, A., Londén, P. & Peltosalmi, J. 2008. Hyvinvointi ja osallisuus Itä-Suomessa: kansalaiskyselyn tuloksia. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Sosiaali- ja terveysturva 2004. Sosiaaliturvan suunta 2004. Julkaisuja 2004:21. Helsinki. Viitattu 10.11.2015.
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/112713/Sosiaaliturvan_suunta_2004_fi.pdf?sequence=1

Sosiaalihuoltolain soveltamisopas 2015. Viitattu 18.10.2015.
http://stm.fi/documents/1271139/1408010/Sosiaalihuoltolaki_soveltamisopas.pdf/70e03ede-22be-4d14-bc54-ad3c37ebc7f1

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.

Kurkela, R. N.d. a. Tilastollinen tiedonkeruu -verkko-oppimateriaali. Teemahaastattelu. Tilastokeskus. Viitattu 8.9.2014. <https://www.stat.fi/virsta/tkeruu/04/03/>

Kurkela, R. N.d. b. Tilastollinen tiedonkeruu -verkko-oppimateriaali. Haastattelemalla kerätävän tiedon luonne. Tilastokeskus. Viitattu 8.9.2014.
<http://tilastokeskus.fi/virsta/tkeruu/01/01/>

Suomen virallinen tilasto: Suomen työeläkkeensaajat 2014. Sosiaaliturva 2015. Helsinki: Eläketurvakeskus. Viitattu 10.11.2015.
http://www.etk.fi/fi/gateway/PTARGS_0_2712_459_440_3034_43/http%3B/content.etk.fi%3B7087/publishedcontent/publish/etkfi/fi/julkaisut/tilastojulkaisut/tilastovuosikirjat/suomen_tyoelakkeensaajat_2014_7.pdf

Suomen virallinen tilasto: Suomen työeläkkeensaajat ja vakuutetut 2008. Sosiaaliturva 2010. Helsinki: Eläketurvakeskus: Kuntien eläkevakuutus: Valtiokonttori. Viitattu 10.11.2015.
http://www.etk.fi/fi/gateway/PTARGS_0_2712_459_440_3034_43/http%3B/content.etk.fi%3B7087/publishedcontent/publish/etkfi/fi/julkaisut/tilastojulkaisut/tilastovuosikirjat/suomen_tyoelakkeensaajat_ja_vakuutetut_2008_7.pdf

Tilastokeskus 2006. Mitä enemmän sosiaalista pääomaa, sitä parempi koettu terveys. Tiedote julkaisusta Sosiaalinen pääoma Suomessa: tilastokatsaus. Viitattu 10.12.2016.
http://www.stat.fi/ajk/tiedotteet/v2006/tiedote_021_2006-03-30.html

Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja 2009. Tunnisteellisuus ja anonymisointi. Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 24.10.2014.
<http://www.fsd.uta.fi/tiedonhallinta/osa7.html>

Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja 2014a. Kvalitatiivisen datatiedoston käsittely. Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 8.10.2014.
<http://www.fsd.uta.fi/tiedonhallinta/osa6.html#litterointi>

Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja 2014b. Tutkittavien informointi. Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 24.10.2014.
<http://www.fsd.uta.fi/tiedonhallinta/osa3.html>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009. Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käyttäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus eettisen ennakkoarvioinnin järjes-

tämiseksi. Helsinki. Viitattu 24.10.2014.

<http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/eettisetperiaatteet.pdf>

Vahtera, J. & Uutela, A. 1994. Sosiaaliset verkostot ja sosiaalinen tuki terveysresursseina.

Duodecim 110, 1054-1060. Viitattu 21.8.2014.

http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/uusinnumero;jsessionid=238DC01109C369191687135FE4D29B87?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_viewType=viewArticle&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_tunnus=duo40219

Vilkkumaa, I. 2010. Kolme tapaa nähdä sosiaalinen kuntoutuksessa. Teoksessa Karjalainen, V. & Vilkkumaa, I. (toim.) Kuntoutus kanssamme: ihmisen toimijuuden tukeminen. 5. painos. Helsinki: Stakes, 26-38.

Vuorilehto, M., Larri, T., Kurki, M. & Hätönen, H. 2014. Uudistuva mielenterveystyö. Helsinki: Fioca Oy.

Wahlbeck, K. 2010. Mielenterveyspalveluiden ongelmat ja haasteet. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 18.8.2014. <http://www.duodecim.fi/kotisivut/docs/f-1015813626/wahlbeck.pdf>

Wahlbeck, K. 2012. Sosiaalinen kuntoutus mielenterveystyössä ja kommentteja edellisiin puheenvuoroihin. Mielenterveysseura. Viitattu 14.12.2015.

http://www.kuntoutusportti.fi/files/attachments/esitelmat/2012_kuntoutusakatemia_wahlbeck

Yliruka, L. 2000. Sosiaalityön itsearviointi ja hiljainen tieto. FinSoc Työpapereita 2/2000. Helsinki: Stakes.

Liitteet

Liite 1. Saatekirje.....	113
Liite 2. Suostumuslomake	114
Liite 3. Teemahaastattelurunko.....	115
Liite 4. Esimerkki päiväryhmätoiminnan sisällöstä.....	116
Liite 5. Litterointimerkit	117
Liite 6. Riihenajan puoltolausunto	118
Liite 7. Tutkimuslupa.....	119



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU

Liite 1. Saatekirje

Haastattelupyyntö Riihenajan päiväryhmätoiminnan asiakkaille

Hei,

olemme kaksi sosionomiopiskelijaa Laurea-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötämme Riihenajan päiväryhmätoiminnasta. Opinnäytetyömme tarkoituksena on selvittää päiväryhmätoiminnan asiakkaiden kokemuksia toiminnan hyödyllisyydestä ja merkityksestä.

Pyydämme Sinua osallistumaan haastatteluun kertomaan kokemuksistasi. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista. Näkemyksesi kuuleminen on kuitenkin tärkeää toiminnan kehittämisen kannalta. Osallistujilla on oikeus kieltäytyä tutkimukseen osallistumisesta missä vaiheessa tahansa. Toivomme haastateltaviksi 10 päiväryhmätoiminnan asiakasta. **Haastattelut toteutetaan helmikuun 2015 aikana Riihenajan päiväryhmätoiminnan tiloissa.** Toivomuksestasi haastattelu voidaan toteuttaa myös muualla. Haastattelun kesto on noin 30-45 min.

Haastattelut nauhoitetaan haastateltavan suostumuksella. Haastattelujen nauhoittaminen olisi kuitenkin suotavaa, sillä se helpottaisi aineiston keräämistä ja analysointia.

Haastatteleamalla kerättyä aineistoa käytetään vain opinnäytetyömme aineistona. Yksityisyyden suojasta huolehditaan aina aineistoa käsiteltäessä ja tutkimustuloksia raportoituessa. Haastatteluun osallistuvilta kerätään tutkimuksen kannalta vain välttämättömät taustatiedot.

Haastatteluun osallistuneiden antamia tietoja käsitellään aina ehdottoman luottamuksellisesti niin, ettei henkilöllisyyden tunnistaminen ole mahdollista. Opinnäytetyöhön kerättyä aineistoa ei luovuteta muuhun käyttöön, eikä sitä tulla säilyttämään muunlaista tarkoitusta varten. Kaikki haastatteluaineisto tullaan hävittämään heti, kun sitä ei enää tarvita opinnäytetyöhömmme. Haastatteluun osallistuneiden on myös mahdollista tutustua valmiiseen opinnäytetyöhön.

Ennen haastattelun alkua pyydämme sinulta vielä kirjallisen suostumuksen haastatteluun paikan päällä.

Mikäli haluat osallistua tutkimukseemme, otathan yhteyttä päiväryhmätoiminnan ohjaajaan 6.2.2015 mennessä.

Vastaamme mielellämme opinnäytetyötä koskeviin kysymyksiin sähköpostitse.

Vantaalla 27.1.2015

*Ystävällisin terveisin ja etukäteen kiittäen
sosionomiopiskelijat*

Liite 2. Suostumuslomake



Suostumuslomake

Olen lukenut saatekirjeen ja annan suostumukseni haastatteluun, joka koskee Sanna Ikosen ja Susanna Leinon opinnäytetyötä ”Mielenterveyskuntoutujien näkemyksiä ja kokemuksia Riihenajan päiväryhmätoiminnasta”.

Haastatteluun osallistuneiden antamia tietoja käsitellään aina ehdottoman luottamuksellisesti niin, ettei henkilöllisyyden tunnistaminen ole mahdollista. Opinnäytetyöhön kerättyä aineistoa ei luovuteta muuhun käyttöön ja kaikki haastatteluaineisto hävitetään opinnäytetyön valmistuttua.

Vantaalla ____ / ____ 2015

Asiakkaan allekirjoitus

Nimenselvennys

Suostumuslomake täytetään haastattelun alussa.

Kiitos yhteistyöstänne!

Liite 3. Teemahaastattelurunko

Taustatiedot

- Sukupuoli
- Syntymävuosi
- Aiemmat kokemukset vastaavanlaisesta päiväryhmätoiminnasta
- Riihenajan päiväryhmätoiminnan asiakkuuden kesto ja intensiteetti

Teema 1. Asiakkaiden yleiset kokemukset päiväryhmätoiminnasta

- Päiväryhmätoiminnan aloitus
- Päiväryhmätoiminnassa käyminen
- Päiväryhmätoiminnan sisältö
- Ohjaajien rooli toiminnassa
- Ilmapiiri ja ympäristö

Teema 2. Päiväryhmätoiminnan merkitys

- Asiakkaan omat odotukset
- Asiakkaan omat tarpeet ja tavoitteet
- Sitoutuminen toimintaan ja siihen vaikuttaneet seikat
- Toiminnan merkitys ja hyödyllisyys
- Vertaisuuden merkitys

Teema 3. Päiväryhmätoiminnan kehittäminen

- Koetut vaikuttamismahdollisuudet
- Toimintasisältöjen kehittäminen
- Toimintakäytäntöjen kehittäminen
- Asiakastyön kehittäminen

Liite 4. Esimerkki päiväryhmätoiminnan sisällöstä

**PÄIVÄRYHMÄN TAMMIKUUN TOIMINTA**

	PVM	AAMUPÄIVÄN TOIMINTA	ILTAPÄIVÄN TOIMINTA
Ma	5.1	Musiikin kuuntelua, pelejä ja keskus	telua
Ti	6.1	LOPPIAINEN	EI TOIMINTAA
Ke	7.1	Leffa:	Korttipelit
To	8.1	Sormivärimaalaus	Levyraati
Pe	9.1	Ruuan valmistus: Perunamuusi, liha	mureke. Ryhmä kokous n. klo.11.30
		VIKKO 3	
Ma	12.1	Leivonta	Lehtikatsaus teemana positiiviset uutiset
Ti	13.1	Posliinimaalaus	Musapaja
Ke	14.1	Leffa: Korso	Tietovisa kysymyksiä
To	15.1	Animaakarit – toiminnallinen animaationäyttely Helsingissä	Kokopäivän retki. Ilm. 13.1 mennessä.
Pe	16.1	Ruuan valmistus	Keskustelua ajankohtaisista asioista
		VIKKO 4	
Ma	19.1	Keilaaminen	"Laivan lastaus" ☺
Ti	20.1	Savutyöt	Lautapelit, tuo halutessasi oma peli
Ke	21.1	Leffa:	Lehtikatsaus teemana paikallisuutiset
To	22.1	Levyraati	Suomen moniääniset esittäytyy klo. 12.00
Pe	23.1	Ruuan valmistus	Taideraati
		VIKKO 5	
Ma	26.1	Bingo	Lautapelit
Ti	27.1	Askartelu servietti-tekniikalla	Musavisa
Ke	28.1	Tv-sarja: Tankki täyteen	Vapaavalintaista ohjelmaa
To	29.1	Vitsit / hauskat tarinat	Hohtogolf Flamingossa lähtö n. 11.00!!! Ilm. 27.1 mennessä.
Pe	30.1	Ruuan valmistus	Musiikin kuuntelu

Päiväryhmä kokoontuu ma-pe klo. 9.00 – 14.00. Aamiainen on tarjolla klo. 9.15 - 10.00, jonka jälkeen alkaa aamupäivätoiminta. Iltapäivätoiminta aloitetaan noin klo. 12.00. Perjantaisin syömme yhdessä valmistamamme lounaan.

TERVETULOA!

Liite 5. Litterointimerkit

- *Yksi ajatusviiva merkitsee sitä, että puhujan lause on katkennut kesken, esimerkiksi, jos lause on päätetty kesken tai jos puhuja on pitänyt pitkän ajatustauon.*

- *Kaksi ajatusviivaa haastattelusitaatin alussa tai lopussa ilmaisee, että lainaus on alkanut kesken lauseen tai päätetty ennen lauseen loppumista. Kaksi ajatusviivaa lainauksen keskellä ilmaisee, että kyseessä olevasta lauseesta on jätetty osa pois.*

- [--] *Kaksi ajatusviivaa hakasulkeisiin merkittynä ilmaisee sitä, että haastattelusitaatista on jätetty kokonainen lause tai tätä pidempi tekstiosa pois.*

- () *Haastattelusitaatin sisään sulkeisiin on merkitty sisällön kannalta merkitykselliset tunneilmaisut, kuten esimerkiksi nauru.*

- [] *Hakasulkeisiin on merkitty alkuperäistä ilmaisua korvaavat ilmaisut tai asiayhteyttä selittävät lisäykset.*

Liite 6. Riihenajan puoltolausunto



Riihenaika Oy puoltaa vahvasti Laurea amk:n opiskelijoiden Sanna Ikosen ja Susanna Leinon opinnäytetyö suunnitelmaa ja luvan hakemista Vantaan kaupungilta.

Opinnäytetyön tavoitteena on tutkia Riihenajan mielenterveyskuntoutujien ryhmä toimintaa. Jossa nimenomaan keskitytään mielenterveyskuntoutujien näkemyksiin ja kokemuksiin Riihenajan päiväryhmätoiminnasta.

Riihenajan mielenterveyskuntoutujien ryhmästä ei ole tehty vielä yhtään tutkimusta ja vaikka tällä hetkellä näyttääkin siltä että ryhmä tulee jäämään pois Riihenajan palvelutarjonnasta, niin näemme tärkeänä että opiskelijat tekisivät ryhmästä ja sen toiminnasta ikään kuin loppuarvioinnin, jota voisimme hyödyntää mahdollisesti myöhemmin joko samantyyppisessä tai muissa toiminnoissamme.

Vantaalla 7.1.15.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Jouni Sipiläinen".

Jouni Sipiläinen
Toimitusjohtaja
Riihenaika oy
p. 040 7671666
jouni.sipilainen@riihenaika.fi
www.riihenaika.fi

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Katja Vastamäki".

Katja Vastamäki
Sosiaalisen kuntoutuksen
palveluvastaava
p. 045 1108307
katja.vastamaki@riihenaika.fi
www.riihenaika.fi

Liite 7. Tutkimuslupa



Vantaa

Viranhaltijapäätös

§ 13/2015

sivu 1 (2)

28.01.2015

VD/163/13.00.00/2015

Sosiaali- ja terveystoimi / Perhepalvelut
Perhepalvelujen johtaja Pesonen Maritta**Tutkimuslupa/Mielenterveyskuntoutujien näkemyksiä ja kokemuksia Riihenajan
päiväryhmätoiminnasta/hakijat Ikonen Sanna ja Leino Susanna**

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää mielenterveyskuntoutujien päiväryhmätoiminnan asiakkaiden kokemuksia palvelun sisältöön liittyen. Työelämän organisaationamme toimii Riihen aika Oy, jonka kuntoutuspalveluihin mielenterveyskuntoutujien päiväryhmätoiminta kuuluu. Opinnäytetyön tavoitteena on myös tuoda näkökulmia palvelun kehittämiseen laajemmin yleisellä tasolla. Päiväryhmätoiminnan asiakkaiden palveluun liittyviä kokemuksia selvitetään teemahaastattelun keinoin. Koska tarkoituksena on selvittää asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia palveluun liittyen, keskitymme haastattelussamme ensisijaisesti jo pidempään palvelussa mukana olleisiin asiakkaisiin. Tavoitteenamme on haastatella myös eri ikäryhmiin kuuluvia asiakkaita saadaksemme näkemyksiä eri-ikäisten kokemuksista. Tavoitteena on haastatella 10:n päivätoiminnan asiakasta.

TUTKE katsoo, että tutkimussuunnitelma ja sen liiteasiakirjat noudattava hyvää tutkimustapaa. Tutkija on sitoutunut siihen, ettei käytä saamia tietoja tutkittavan tai hänen läheistensä vahingoksi tai halventamiseksi taikka sellaisten etujen loukkaamiseksi joiden suojaksi on säädetty salassapitovelvollisuus ja tietosuojasäännöksiä, eikä luovuta kerättyjä tietoja muuhun tarkoitukseen kuin mihin tutkimuslupa on myönnetty. Tutkija on sitoutunut myös eettisiin periaatteisiin. TUTKE pitää tutkimussuunnitelmaa eettisesti hyväksyttävänä.

TUTKE pitää tutkimussuunnitelmaa hyväksyttävänä ja

1. antaa puoltavan lausunnon tutkimusluvan hyväksymisestä tulosaluejohtajalle
2. Haastatteluun osallistuminen on asiakkaille vapaaehtoista joten Vantaan sosiaali- ja terveystoimi ei sitoudu mihinkään haastatteluiden määrään.
3. Tutkimusta puoltaa johtava Riihen aika Oy.
4. Tutke suosittelee, että asiakkaiden tunnistamisen suojaamiseksi tutkimuksessa ei kerrota yksikön nimeä.

TUTKE edellyttää, että tutkimuksen valmistuttua tutkimusraportti toimitetaan Vantaan kaupungin kirjaamoon kirjaamo@vantaa.fi ja sosiaali- ja terveystoimen käyttöön sähköpostitse pdf-versiona tulosalueen erityisasiantuntijalle tiina.turkila@vantaa.fi ja sihteerille pia.heinonen@vantaa.fi Tutkimuksen arvioitu valmistuminen on 30.4.2015.

Päiväys Vantaa 28.01.2015

Allekirjoitus

Nimen selvennys Pesonen Maritta

Virka-asema Perhepalvelujen johtaja

Täytäntöönpano:
Sosiaali- ja terveyslautakunta
Vastamäki Katja
Ikonen Sanna
Leino Susanna
Örri Liisa

Tämä päätöspöytäkirja on yleisesti nähtävänä

Aika: 4.2.2015 klo 8.15 – 16.00

Paikka: Vantaan kaupunki, Kirjaamo, Asematie 7, 01300 Vantaa (Tikkurila)